

Poesia

RASASHASTRA

*Rasashastra alchimia ayurvedica
Sapienza divina cuore dell'arte
Mercurio e metalli nobili e puri, cura antica
Rasa mercurio è parte di Shiva, essenza lucente
Minerali nobili, gemme con poteri sicuri
Si trasformano in cura preziosa
Processi e forni ingoiano i mali e li rendono potenti
Descritti con cura in testi antichi
Nel percorso di Moksha, diventa magico.*

- maestro



Joytinat

Sommario

2
3
4
5
6
10
12
14
16
22
23
26
28
32

editoriale

Dolce India

26° Convegno Yoga e Ayurveda:

Esplorando il Rasayana, l'Alchimia Indiana
Il 26° Convegno Yoga e Ayurveda si è concluso nella nostra città, riaffermando il suo ruolo centrale per appassionati e professionisti del benessere olistico. Il tema di quest'anno era il "Rasayana", l'antica arte indiana dell'alchimia per longevità e vitalità.

Un'immagine forte ed in grado di penetrare nella nostra profondità, come Basma, il prodotto finale del "Rasayana", è stata scelta come copertina di questa nuova edizione.

Gli esperti internazionali hanno approfondito le varie dimensioni del Rasayana, dalle radici storiche e filosofiche alle applicazioni moderne. Il convegno ha inoltre facilitato un dialogo interdisciplinare, confrontando le pratiche indiane con le tecniche contemporanee di benessere.

L'evento è stato arricchito da esposizioni artistiche, dimostrazioni di cucina ayurvedica e mercati di prodotti naturali, creando un'atmosfera vivace e stimolante. Questo convegno ha sottolineato l'importanza di riscoprire e valorizzare le tradizioni antiche per affrontare le sfide del mondo moderno.

- maestro Joy

Joytinat

Giornale della Cultura Indiana – Settembre 2024

Sede responsabile:

Ashram Joytinat -
Via Ripa 24, Corinaldo

Responsabile:

Vaidya Maestro

Swami Joythimayananda

Stampato da Grafiche Fassicomo, Genova, settembre 2008
Notiziario gratuito per gli associati - non in vendita

DISTACCO

Il messaggio del Maestro

DISTACCO

Essere distaccati può sembrare un'illusione, ma dipende dalla prospettiva da cui lo si guarda. Il distacco, in molte tradizioni filosofiche e spirituali, è visto come una pratica o uno stato mentale che permette di vivere in maniera più equilibrata e serena.

Da un lato, il distacco può essere percepito come un'illusione se viene interpretato come una totale indifferenza o apatia verso la vita e le sue esperienze. In realtà, raggiungere un distacco completo può essere irrealistico e potrebbe portare a una mancanza di connessione emotiva e sociale.

Dall'altro lato, il distacco può essere inteso come la capacità di osservare e sperimentare le emozioni e le situazioni senza essere sopraffatti da esse. In questo senso, il distacco non è un'illusione, ma una pratica di consapevolezza e autocontrollo che permette di affrontare la vita con maggiore serenità e chiarezza mentale.

Quindi, il distacco non è necessariamente un'illusione, ma una sfida continua che richiede equilibrio e discernimento. La chiave sta nel trovare un punto intermedio, dove si può essere coinvolti nella vita senza essere completamente dominati dalle proprie emozioni e attaccamenti.

Essere distaccati può sembrare un'illusione, ma la percezione e la pratica del distacco variano notevolmente a seconda delle prospettive filosofiche e spirituali. Ecco alcune riflessioni:

Le esperienze personali e le interpretazioni del distacco variano ampiamente.

1. **Spirituale**, il distacco (o "non-attaccamento") è considerato un obiettivo importante per raggiungere la pace interiore.
2. In questo contesto, il distacco non significa indifferenza o apatia, ma piuttosto la capacità di non essere sopraffatti dalle emozioni e dagli attaccamenti materiali.
3. Non è un'illusione, ma una pratica consapevole per ridurre la sofferenza.
4. Il distacco emotivo è visto come una virtù.
5. Il distacco controllo delle proprie emozioni e il distacco dagli eventi esterni e conducano alla serenità e alla saggezza.
6. Il distacco come una disciplina mentale.
7. il distacco emotivo può essere considerato un meccanismo di difesa.
8. Il distacco sembrava la mancanza di empatia.
9. Il distacco moderato permette alle persone di affrontare situazioni difficili senza essere sottomessi.
10. **Il distacco** può essere percepito come freddezza o disinteresse per un'altra.

In sintesi, il distacco può essere visto come un'illusione se lo si interpreta come una totale indifferenza o come un'impossibilità di evitare completamente le emozioni. Tuttavia, come pratica consapevole di gestione delle emozioni e di riduzione degli attaccamenti inutili, può essere un mezzo efficace per migliorare il benessere mentale e spirituale. La chiave sta nel trovare un equilibrio che permetta di vivere in modo autentico e consapevole, senza essere schiavi delle proprie emozioni.

Prospettive diverse sul distacco:

1. Tradizioni spirituali:

- o **Buddismo:** Il distacco è considerato essenziale per liberarsi dalla sofferenza. Riconoscere l'impermanenza delle cose e non essere legati ai desideri mondani è visto come una via verso l'illuminazione.
- o **Induismo:** Similmente, il distacco (vairagya) è un principio importante per raggiungere la moksha (liberazione). È visto come un mezzo per superare l'illusione del sé e delle cose materiali.
- o **Cristianesimo e altre religioni:** Anche in altre tradizioni religiose, il distacco può essere visto come una virtù, un modo per avvicinarsi a Dio e vivere in armonia con i principi spirituali.

2. Filosofia:

- o **Stoicismo:** I filosofi stoici come Seneca e Marco Aurelio promuovono il distacco come un modo per vivere una vita virtuosa e serena. Non essere influenzati dalle circostanze esterne e mantenere il controllo delle proprie reazioni è visto come una forma di saggezza.

3. Psicologia:

- o **Mindfulness e terapia cognitiva:** In un contesto moderno, il distacco può essere paragonato alla pratica della mindfulness, dove si osservano i propri pensieri e sentimenti senza giudicarli o attaccarvisi.

Quando il distacco può essere un'illusione:

- **Soppressione emotiva:** Se il distacco è usato come una forma di evitare o sopprimere le emozioni, può essere dannoso e illusorio. Non affrontare le emozioni può portare a problemi psicologici a lungo termine.
- **Disconnessione dalle relazioni:** Un distacco eccessivo può portare a una mancanza di empatia e connessione con gli altri, creando una sensazione di isolamento.

Conclusione:

Il distacco, se praticato con consapevolezza e comprensione, può essere una via verso una maggiore pace interiore e libertà dalle sofferenze causate dagli attaccamenti. Tuttavia, se frainteso o mal applicato, può diventare un'illusione che nasconde problemi emotivi e relazionali non risolti. La chiave è trovare un equilibrio tra coinvolgimento e distacco, - *Maestro*

Rasashastra: Alchimia

L'Arte della Farmaceutica Ayurvedica

Maestro

Rasashastra, la farmaceutica ayurvedica, è un'antica scienza indiana che si concentra sull'uso di farmaci di origine minerale. Questo campo comprende la descrizione di apparecchi, forni, dispositivi di riscaldamento e programmi di riscaldamento. Rasashastra include tecniche di lavorazione, proprietà e usi terapeutici dei farmaci, nonché la combinazione di vari farmaci ed erbe per procedure come la purificazione (Shodhan), la formazione di Bhasma (Marana) e l'estrazione dei metalli (Satvapatana).

Il Rasa (Mercurio)

Il termine "Rasa" si riferisce al mercurio, un metallo nobile e bianco lucido simile all'argento, trovato in forma liquida. Considerato l'essenza fisica del Signore Shiva, il mercurio è noto per la sua capacità di ingoiare altri metalli e aiuta l'uomo a superare le miserie mondane e fisiche. Il Rasa è stato utilizzato in vari ambiti:

Dehavada: Uso del mercurio per il raggiungimento di Moksha (liberazione spirituale).

Lohavada: Conversione dei metalli come il ferro in oro.

Dhatuvada: Uso del mercurio come medicina per il rasayana e la cura delle malattie.

Purificazione del Mercurio

La purificazione del mercurio è essenziale per rimuovere le impurità.

Questa purificazione viene eseguita attraverso: Ashta sanskar: Otto procedure.

Ashtadasha sanskar: Diciotto procedure.

Benefici dei Rasakalpa o preparati di mercurio, offrono numerosi vantaggi:

Aumentano la potenza del farmaco.

Prolungano la durabilità del farmaco.

Migliorano l'assorbimento.

Classificazione dei Metalli e Minerali

Gli antichi saggi hanno classificato i metalli, minerali e gemme in varie categorie:

Maharasa: Include minerali come mica (Abhrak), fluorite (Vaikrant) e bitume (Adrij).

Uparasa: Include zolfo (Gandhak) e orpimento (Harital).

Sadarnarasa: Include composti ordinari come arsenico (Gauripashan) e cloruro di ammonio (Navsagar).

Dhatu: Metalli come oro (Suvarna), argento (Rajat) e zinco (Yashad).

Upadhatu: Metalli minori come la pirite di rame (Svarna makshik).

Ratna: Gemme preziose come rubino (Manik) e diamante (Heerak).

Upa ratna: Gemme minori come lapislazzuli (Rajavarta).

Sudha Varga: Sostanze contenenti calcio come il gesso (Khatika) e il corno di cervo (Mrugashruna).

Preparazioni Specifiche

Bhasma: Polvere ottenuta mediante calcinazione.

Kajjali: Combinazione di mercurio purificato e zolfo.

Parpati: Miscela di mercurio e zolfo lavorata a calore per trattare disturbi gastrointestinali.

Pishti: Ingredienti macinati finemente e triturati con acqua di rose.

Satva: Estratto solido in acqua da una droga vegetale.

Kupipakwa Ras: Preparato con mercurio, zolfo e altre erbe.

Conclusione

Rasashastra rappresenta un campo affascinante della farmaceutica ayurvedica, con una vasta raccolta di conoscenze riguardanti l'uso terapeutico dei minerali e dei metalli. Attraverso tecniche elaborate di purificazione e preparazione, questa scienza millenaria continua a offrire contributi significativi alla medicina tradizionale indiana.



- **Sheelajatu**
- **Black Bitumen**



- **Sasyak**
- **Blue Vitriol**
- **$\text{CuSO}_4 \cdot 5\text{H}_2\text{O}$**

Il Dono della Serenità

Gli Insegnamenti del Maestro Joythi Mi Hanno Avvicinato a Dio

di Danilo Hartmann



Il percorso dello yoga e gli insegnamenti del maestro Swami Joytimayananda hanno avuto un impatto profondo nella mia vita, avvicinandomi a Dio e donandomi una serenità che mai avrei pensato possibile. Questo articolo è un tributo alla forza e alla pace interiore che ho trovato grazie a questa pratica, specialmente in un anno difficile e doloroso come quello in cui mia madre si è ammalata gravemente e ha lasciato il corpo.

Quando mia madre ha iniziato il suo ultimo viaggio, mi sono trovato ad affrontare una delle prove più dure della mia vita. La malattia avanzava inesorabilmente e io sentivo il peso dell'impotenza. Tuttavia, grazie agli insegnamenti dello yoga e alla guida del maestro, ho trovato una fonte di forza e serenità inaspettata. Lo yoga mi ha insegnato a vivere il momento presente con consapevolezza e a riconoscere la sacralità della vita in ogni suo istante, anche in quelli più dolorosi.

L'anno scorso, proprio durante un periodo in cui mia madre stava male, c'era un'importante conferenza "Dolce India" organizzata dall'Ashram sul tema della nascita, della vita e della morte. Sfortunatamente, non ho potuto partecipare perché mia madre era ricoverata. Questo evento mi ha costretto a posticipare il mio esame di yoga, che ho poi sostenuto durante il mio panchakarma. Anche se non ho potuto partecipare alle

conferenze, ho ricevuto un grande insegnamento proprio attraverso l'esperienza vissuta con mia madre.

Durante gli ultimi giorni di vita di mia madre, ho cercato di essere presente per lei in ogni modo possibile. La pratica dello yoga mi ha permesso di affrontare questi momenti con una calma e una serenità che non avrei mai immaginato di possedere. Gli insegnamenti del maestro mi hanno aiutato a vedere la bellezza e la sacralità nel processo del distacco dal corpo, trasformando ciò che avrebbe potuto essere un'esperienza straziante in un rituale sacro.

Ricordo in particolare un momento intenso e toccante: mia madre, che non aveva mai praticato la meditazione in vita sua, negli ultimi istanti ha chiesto di meditare. Le sue parole, "voglio meditare, Danilo," mi hanno colpito profondamente. Quando le ho chiesto cosa potessi fare per lei, mi ha risposto con dolcezza: "Medita anche tu." Quelle parole hanno trasformato il momento della sua dipartita in un'esperienza di profonda connessione spirituale. Abbiamo meditato insieme, e poco dopo, con una calma straordinaria, ha detto: "Adesso io medito per sempre." In quei pochi istanti successivi, la sua anima è volata in alto, raggiungendo Brahman.

Quell'esperienza, sebbene dolorosa, è stata incredibilmente sacra e divina. Grazie alla pratica dello yoga e agli insegnamenti del maestro, ho potuto accompagnare mia madre nel suo ultimo viaggio con una serenità e una pace che mi hanno permesso di vivere quel momento con una sacralità immensa. La forza che ho trovato in quei momenti non è stata solo mia, ma il risultato di un cammino spirituale che mi ha avvicinato a Dio e alla consapevolezza della sua presenza costante nella nostra vita.

Lo yoga non è solo una pratica fisica, ma un percorso spirituale che ci guida verso la comprensione e l'accettazione della vita in tutte le sue sfumature. È un cammino che ci permette di trovare la pace interiore anche nei momenti più difficili, e di riconoscere la presenza del divino in ogni istante.

Dall'anno scorso, sulla strada che porta in Akash, dietro l'Ashram, il maestro ha deciso di piantare degli alberi dedicati alle persone care a protezione dell'Ashram. Tra questi alberi c'è un mandorlo piantato durante un rituale, con la benedizione del maestro, in memoria di mia madre. Le sue ceneri sono state deposte alla base dell'albero, che ora cresce rigoglioso. Questo gesto ha conferito una sacralità ancora maggiore al luogo e ha rappresentato per me un simbolo di rinascita e continuità.

Sono profondamente grato per gli insegnamenti del maestro Swami Joytimayananda e per la pratica dello yoga, che mi hanno donato la forza e la serenità necessarie per affrontare uno dei momenti più dolorosi della mia vita con una pace e una calma che mai avrei pensato di possedere. Grazie a Dio, ho potuto vivere gli ultimi momenti con mia madre come un rito sacro, accompagnandola con amore e serenità nel suo viaggio verso l'illuminazione.

Danilo Hartmann

Insegnare Sirsasana

- Maestro Joythi

Suggerimenti utili:

La pratica dello yoga riguarda l'ascolto del proprio corpo
progresso graduale.

Seguendo questi suggerimenti puoi aiutare gli studenti a
praticare Sirsasana in modo sicuro ed efficace:

Parlare in modo che acquisiscano fiducia, stabilità e
sicurezza

Trovare comfort nel tappetino

Trovare un allineamento corretto fin dall'inizio

Mai fare con fretta, mai veloce e con forza ma stabilire
l'equilibrio

Quando un Maestro sta dimostrando agli allievi come fare
Sirsasana, gli allievi devono eseguire seguendo questi
cinque principi per imparare correttamente:

- *Vedere*: tu hai visto ma non sei stato coinvolto, noi vediamo tante cose ma non siamo sempre coinvolti
- *Guardare*: tu guardi e qualcosa entra, poi tu rifletterai
- *Osservare*: approfondisci i dettagli, con discernimento
- *Ascoltare*: ascoltando qualcosa si muove interno e tu lascerai concepire qualcosa, crescere e maturare
- *Percepire*: l'anima propria coinvolge in questo stato di crescita o maturità o chiarezza



e il

Uno studente, un allievo deve avere:

- *Precisione*: avere chiarezza come iniziare a utilizzare gli arti del corpo, le mani, il bacino, etc.
- *Attenzione*: elevata attenzione nel proseguire del movimento che trasforma da una all'altro verso la completezza, di Sirsasana
- *Rispetto*: le cose da evitare come dopo mangiato, stato di rabbia o pesantezza, non trattenere il respiro, mantenere un respiro armonioso senza blocco, il tempo secondo le abilità di ogni individuo, etc.
- *Capacità*: un individuo deve avere consapevolezza della propria capacità che viene condizionata da alcuni disturbi come obesità, mal di collo, mal di schiena, etc.
- *I limiti degli studenti*: lo studente ha il suo ruolo come seguendo i suoi limiti, non paragonandosi con gli altri, non intervenendo oltre i suoi limiti come impedire sua propria visione personale sugli altri

Durante una postura, Asana, lo studente deve perseguire:

1. *Consapevolezza di avere la percezione in un punto:* dove sento più tensione, rigidità, dolore. Per esempio, in Bujangasana è più facile sentire tensione nel bacino o zona lombare
2. *Consapevolezza lungo il corpo:* devo prestare l'attenzione in questo punto verso la testa e i piedi
3. *Consapevolezza di prestare l'attenzione a tutto il corpo e come vengono appoggiati gli arti del corpo*
4. *Consapevolezza di avere percezione di come è il flusso del sangue, il respiro e l'energia*
5. *Consapevolezza di avere la percezione della propria anima.*

Preparazione e Riscaldamento

Riscaldamento Appropriato: Inizia la lezione con un riscaldamento che coinvolga il collo, le spalle, i polsi, gli avambracci e il cuore.

La posizione Sardulasana è adatta per riscaldare il corpo.

Per il rinforzo del cuore, seguire Navasana e Bandasana, sono utili.

Insegnamento Graduale

Fasi Graduali: Insegna in fasi, iniziando con il posizionamento corretto delle mani e degli avambracci a terra.

Allenare il bacino a muovere avanti e in dietro

Iniziare a sollevare i piedi utilizzando la forza dei muscoli del bacino,

Poi sollevare a poco a poco entrambi le gambe insieme, poi sola metà, non subito verticale, per avere un buon controllo ed equilibrio.

Se si ha bisogno, sollevare una gamba alla volta come allenamento, meglio provare entrambi per l'equilibrio.

L'uso di supporto del muro è da evitare assolutamente.

La testa dovrebbe essere appoggiata sulla sommità e i mignoli delle mani supportano una parte della testa.

Gli avambracci devono essere ben ancorati al suolo per distribuire il peso in modo uniforme.

Muovendo le mani avanti e indietro possono controllare il peso del corpo e mantenere l'equilibrio.

Fare attenzione al collo per non caricare troppo il peso su di esso. Non caricare mai tutto il peso sulla testa. Il peso dovrebbe essere distribuito tra gli avambracci e le mani, con buona parte del sostegno che viene caricato sulle spalle.

Se necessario, offri un supporto, ponendoti dietro e afferrando la parte posteriore delle cosce adeguatamente, poi sollevare insieme allo studente lentamente assumere la posizione con metà ginocchia piegate, non ancora le gambe verticali.

Consapevolezza e Progresso

Consapevolezza del Corpo: Insegna agli studenti a essere consapevoli del proprio corpo e dei propri limiti. Incoraggia una pratica graduale e rispettosa del proprio livello di forza e flessibilità.

Tempo di Sostegno: Non forzare gli studenti a mantenere la posizione per troppo tempo. Inizia con brevi durate e aumenta gradualmente man mano che acquisiscano forza e sicurezza. Minimo un minuto fino ad arrivare a 20 minuti.

Fornisci alternative per coloro che non sono pronti per Sirsasana. Proponi posizioni con l'aiuto di due sedie, ogni spalla su una sedia e al centro la testa abbandonata (non deve appoggiare) .

Dopo la pratica di Sirsasana, lascia agli studenti del tempo per riposare in posizioni di Panchanga Namaskar.

Incoraggia gli studenti a comunicare come si sentono e se avvertono disagio, dolore o disturbi in generale

Comprensione dei limiti

Comprendi i limiti di ogni studente e rispetta i loro bisogni e capacità.

Non tutti sono pronti per Sirsasana, e va bene così.

Installazione Shivalingam in Colombia

Alchimia, condivisione, trasformazione e Unione

- Chiara Navanzino

Un breve racconto di un viaggio in Colombia unico e irripetibile con il Maestro Swami Joythimayananda, Valentina, Francesca e Carles che segna l'incontro tra Oriente e Occidente, culture in apparenza lontane ma molto vicine tra loro.

Durante la nostra permanenza in Colombia avvenuta a Gennaio 2024 abbiamo incontrato una comunità Muisca che abita in una montagna sacra e protetta nei pressi di Raquira e che sta lavorando da molti anni per ricostruire le proprie origini e tradizioni.

Un'antica cultura che era stata persa, questo perchè dopo la conquista spagnola furono distrutte molte comunità e tribù, ma piano piano grazie ad un difficile lavoro di integrazione e ricerca si sta riportando all'origine della sua essenza.

In quei giorni della nostra permanenza abbiamo assistito ad un momento molto importante ed unico nella storia che segna una profezia dei popoli nativi americani grazie a quest'incontro magico tra la famiglia Muisca e il nostro Maestro Swami Joythimayananda.

Questa profezia, come ci racconta Hate Ignacio, il padre di questa famiglia, dice che sarebbe arrivata la saggezza dell'Oriente ai popoli nativi americani, e dall'America sarebbe giunta all'Oriente. Si parla di una <grande fraternità universale> dove tutte le religioni sono valide e tutte sono costruite sulla stessa base, *"le varie tradizioni dei vari continenti arriveranno in America per ricostruire il passato, questa è una missione per tutto il mondo! La mancanza di questa saggezza è stata la causa della sofferenza di molti popoli nativi"*.

Il popolo Muisca sente infatti una profonda connessione con tutte le popolazioni del mondo e ricevere il Maestro Swami è come se si stesse chiudendo un cerchio per loro e compiendo la profezia.

Epiara, la figlia più giovane esprime la sua profonda emozione nel ricevere il Maestro Swami, raccontando che fin da bambina aveva sempre immaginato questi Maestri arrivare e fu per questo che hanno costruito le quattro porte: Oriente, occidente, sud e nord nella loro <Casa Madre> attendendo fino a quel momento che arrivasse un Maestro dall'oriente per inaugurare quest'ultima porta orientale attraverso l'istallazione dello Shiva Lingam. Lo shiva lingam è un elemento simbolico, rappresenta l'unione del cielo e della terra del femminile e del maschile, due cose importanti per la loro comunità.

Secondo Hate Ignacio quando cerchiamo di capire chi siamo, cerchiamo di capire in quale modo possiamo relazionarci con altri individui che stanno facendo lo stesso cammino. Lo scopo è quello di sanare e curare le relazioni, questo per lui deve essere l'impegno: *"le relazioni tra gli esseri umani"*.

Per questa famiglia inoltre è stato molto significativo che ci siano stati dei membri italiani insieme ad un tramite spagnolo come Carles ad accompagnare il Maestro *"gli spiriti si incontrano!!"* Afferma Hate Ignacio: *"Il fratello spagnolo Carles porta alla nostra famiglia un filo dorato, la storia e il mito ritornano, noi siamo gli stessi di un tempo ma ritorniamo per apprendere come uscire da questo ciclo della vita!!"*.

I popoli indigeni stanno iniziando a sanare dunque le ferite pregresse tramite dei pellegrinaggi e dietro il Maestro Swami è come se ci fosse tutta l'India, dietro Carles tutta la Spagna e dietro Valentina, me e Francesca il popolo italiano.

Così come dice la profezia dietro di noi c'è la tradizione iniziatica del grande occidente. Infatti ci spiegano che quando il popolo Muisca riceve una persona è come se ricevesse tutto il suo popolo!

Immensa gratitudine emerge dai nostri cuori per partecipare a questa connessione, trasmissione e saggezza del mondo orientale con quello occidentale; noi siamo tutti dei veicoli che portiamo e riceviamo i vari lignaggi onorandoli.

Secondo il Maestro Swami sono proprio i giovani che hanno il compito e la forza di realizzare la fratellanza e la condivisione delle diverse culture.

In questa porta orientale dunque il Maestro ha installato lo Shivalingam come simbolo di ciò che è stato detto nelle molte profezie: Oriente, africa e America si uniranno, Rendendo onore a tutti i saggi dell'oriente, oltre che rappresentare simbolicamente la nascita, la vita, la morte e la rinascita.

Il Maestro Joythi durante la cerimonia afferma che Uno è in tutto e Tutto è in uno.

Questa è una filosofia ma anche un principio che bisogna seguire, tutto il mondo e tutte le etnie hanno qualcosa da offrire al mondo.

Noi abbiamo piantato anche in quel luogo alcuni semi nella loro terra, la preghiera è quindi che la saggezza della terra possa germogliare; continua Swami dicendo che non dobbiamo convertire mai una persona con altre religioni, ma una religione e le diverse etnie possono comunicare tra loro attraverso la fraternità e la parola condivisa.

In Europa tutti sono stati conquistatori invece dall'Oriente vi sono alcuni saggi, che viaggiando con questa fraternità e uso della parola hanno trasmesso la loro saggezza.

"Conquistare attraverso la saggezza e l'amore" afferma il Maestro!

Il latte che è stato bollito durante la cerimonia è un cibo divino secondo la cultura vedica così come la mucca è sacra, dice il Maestro: *“Sempre si bolisce il latte per ogni inaugurazione recitando: <pongum mangalam engum tangu è>”*.

E fu proprio recitando questo mantra che abbiamo installato lo shiva lingam sopra la porta d'Oriente della Casa Madre.

Il suono della conchiglia alla fine della cerimonia attraverso la vibrazione porta un messaggio all'anima cosmica che si connette al grande spirito, siamo qui impegnandoci a purificarci e a fortificarci per una grande missione di pace e fratellanza.

Immensamente grata per aver assistito a questa semina di pace sentendomi piccola di fronte a tutto questo.

Ringrazio alla famiglia Muisca Ignacio, Azusena, Nabhi, Sujue, Epiara, Jairo, che ci hanno accolto nella loro casa e tutta la comunità incontrata con cui abbiamo condiviso non solo il quotidiano ma anche la parola sacra del cuore!

Grazie al Maestro Swami per portare la sua saggezza, grazie a Carles per essere stato ponte tra culture.

Hehe! Fiè Fiè Nzingha Fiè! (frase In lingua tradizionale che si utilizza per ringraziare)!



TU SEI



Tutto in uno in tutto. Ho pazienza.

Terra, Pruthvi, Olfatto, naso. Organi escretori. Montagna, Albero, sentire la forza della stabilità, tranquillità, solidità, radicamento, comodità di corpo e pensieri, lascia accadere le cose attorno a te.

Secca, dura, ottusa, grossa, fredda, densa, sostiene, rilassa.

Corpo-salute, cavità pelvica.

Muladhara chakra, è un magazzino di energia ed è l'origine del destino.

Annamayakosha. Tamas guna. Kapa dosha, struttura; sperimentare bene/male. Hatha yoga: Asana. Sukhasana.

Mignolo: impegno, concentrazione.

Pigrizia, pesantezza, attaccamento, possessività.

Odore, gusto, colore, percezione e suono. Da 80 anni in poi...

Niente è sbagliato. Resisto.

Acqua, Jala, Gusto, lingua. Organi riproduttivi. Fiume, percepire la profondità, la forza dell'attrazione, freschezza, purezza, tutto scorre e mai blocca, lasciare andare, coraggio, pazienza, mai stancare.

Pesante, oleosa, liquida, morbida, ottusa, torbida, umida, liscia, fluida.

Emozioni, cavità pelvica/addome.

Swadhistana chakra, è la sorgente del desiderio.

Pranamayakosha. Satwa e tamas guna. Pita e kapa dosha, fluire, andare avanti nella vita. Bhakti yoga.

Pranayama. Vajrasana.

Anulare: comprensione, adattamento.

Ristagno, freddezza, appiccicosità.

Odore, gusto, colore e percezione. Da 60 a 80 anni



Tutto è già stabilito. Non critico.

Fuoco, Tejas. Vista, occhi. Braccia, mani. Giardino, gioia, apprezzare calore e colore, la forza della separazione, compassione, riduzione, maturare, digerire, metabolismo, assimilazione/eliminazione.

Leggero, secco, liscio, acuto, sottile, chiaro, luminoso.

Pensieri/intelletto e sentimenti/ego, cavità addome.

Manipura chakra, è il laboratorio della trasformazione. espandendo crea.

Vijnanamayakosha. Satwa/rajas guna. Pita dosha, funzionale.

Raja yoga. Bandha. Siddhasana.

Medio: chiarezza, controllo.

Passione rabbia gelosia invidia, attaccamento.

Odore, colore e percezione. Da 40 a 60 anni

Tutto è verità. Non lamento.

Aria, Vayu. Tatto, pelle. Gambe. Vento, tutto muove, forza del movimento, leggero, realizza, soddisfa, conoscenza, rinunciare, libertà e distacco, difficoltà: sono pronto!

Secca, ruvida, chiara, sottile, mobile, attiva.

Mente/pensieri, cavità torace/gola.

Anahata chakra, è lo sbocciare dell'amore della tenerezza.

Vishuddhi chakra è aria che sempre fluisce, purifica, rivitalizza, creatività.

Manomayakosha. Rajas guna. Vata dosha, causale.

Jnana yoga. Mudra. Badrasana.

Indice: decisione, comprensione.

Dispersione, agitazione, instabilità, irregolarità.

Percezione e suono. Da 20 a 40 anni



Non conosco nulla. Sto bene.

Spazio, Akasha. Suono, orecchie. Bocca. Cielo, infinito in cui perdere l'ego, annullare il proprio io e i suoi problemi, la forza di sopportare tutte le forze, saggezza, espansione.

Leggero, morbido, sottile, chiaro, stabile, inattivo, vicino/lontano, ampio, infinito

Anima, cavità cranica.

Ajna chakra, è il centro delle decisioni, nascono regole/comando, ragionare e analizzare.

Sahasrara chakra, la casa della tranquillità, dove non c'è responsabilità, solo libertà, porta Anandamayakosha. Satwa guna. Vata dosha, movimento.

Karma yoga, Kiya. Padmasana.

Pollice: determinazione, chiarezza, pace e contentezza.

Le esperienze della vita, fermo, vuoto, apatia.

Suono. Da 0 a 20 anni

By Melissa

RASA SHASTRA

L'alchimia Indiana nel Siddha & Ayurveda

Maestro Swami Joythimayananda

Introduzione

La medicina tradizionale indiana, conosciuta come Ayurveda, ha una lunga storia che risale a migliaia di anni fa. Uno dei aspetti più affascinanti e complessi è il Rasa Shastra, una branca dell'Ayurveda che si concentra sull'uso di metalli e minerali nel trattamento delle malattie. "Rasa" significa essenza o mercurio, mentre "Shastra" significa scienza o disciplina. Insieme, Rasa Shastra può essere tradotto come "la scienza dei minerali e dei metalli". Questa disciplina è stata sviluppata per sfruttare le proprietà terapeutiche di diverse sostanze inorganiche, spesso attraverso processi di alchimia.

Storia e Origini

Le radici del Rasa Shastra si trovano nei testi antichi dell'Ayurveda e delle tradizioni tantriche, che risalgono a periodi molto lontani della storia indiana. Alcuni dei testi più importanti includono il "Rasaratna Samuccaya" e il "Rasarnava", che descrivono dettagliatamente i processi e le procedure per preparare e utilizzare i farmaci a base di metalli e minerali. Si ritiene che le conoscenze alchemiche indiane abbiano influenzato e siano state influenzate dalle tradizioni alchemiche cinesi, arabe e greche.

Principi Fondamentali

Il Rasa Shastra si basa su vari principi fondamentali, tra cui la purificazione (shodhana), l'incorporazione (murchana), la calcinazione (marana), e la sublimazione (samskara) dei metalli e dei minerali. Questi processi sono essenziali per trasformare sostanze potenzialmente tossiche in composti sicuri e terapeuticamente efficaci.

Shodhana (Purificazione): Questo è il processo di purificazione delle sostanze grezze per eliminare le impurità e le tossine. Le tecniche includono la macerazione, la bollitura, la torrefazione e il lavaggio.

Murchana (Incorporazione): Questo passaggio riguarda l'incorporazione delle proprietà terapeutiche delle erbe nei metalli e minerali. Ad esempio, il mercurio viene trattato con piante medicinali per renderlo sicuro per l'uso.

Marana (Calcinazione/bruciare): Questo è il processo di calcinazione, in cui i metalli vengono riscaldati a temperature elevate per trasformarli in polveri sottili (bhasma) che possono essere facilmente assorbite dal corpo.



storia
suoi
Rasa

per il

come
Questa
le

testi
antichi

le

Samskara (Sublimazione): Questo passaggio prevede il trattamento ulteriore delle sostanze per migliorarne le proprietà medicinali e ridurre eventuali effetti collaterali.

Applicazioni Terapeutiche

Le preparazioni di Rasa Shastra sono utilizzate per trattare una vasta gamma di condizioni mediche, dalle malattie croniche come l'artrite e il diabete, alle infezioni acute e ai disturbi digestivi. Alcuni dei metalli e minerali più comunemente utilizzati includono:

Mercurio (Parada): Considerato l'elemento più importante nel Rasa Shastra, il mercurio è utilizzato dopo essere stato rigorosamente purificato e trattato per eliminare la sua tossicità.

Oro (Swarna): Utilizzato per la sua capacità di rafforzare il sistema immunitario e migliorare la vitalità generale.

Argento (Rajata): Conosciuto per le sue proprietà antimicrobiche e anti-infiammatorie.

Rame (Tamra): Utilizzato per i suoi effetti benefici sul sistema digestivo e per la sua capacità di disintossicare il corpo.

Controversie e Sfide

Nonostante i suoi potenziali benefici, il Rasa Shastra è anche soggetto a controversie, soprattutto per quanto riguarda la sicurezza dei suoi preparati. L'uso di metalli pesanti come il mercurio, il piombo e l'arsenico solleva preoccupazioni sulla tossicità e sui potenziali effetti collaterali. Per questo motivo, è essenziale che le preparazioni di Rasa Shastra siano eseguite da praticanti qualificati che seguano rigorosamente le procedure tradizionali di purificazione e preparazione.

Conclusioni

Il Rasa Shastra rappresenta una fusione affascinante di alchimia e medicina tradizionale, riflettendo la profonda conoscenza e la sofisticata comprensione della chimica e della biologia nell'antica India. Sebbene sia una pratica complessa e a volte controversa, continua ad essere una parte vitale dell'Ayurveda, contribuendo alla vasta gamma di strumenti terapeutici disponibili per la cura e il benessere. Con ulteriori ricerche e regolamentazioni, il Rasa Shastra potrebbe continuare a offrire preziosi contributi alla medicina moderna, mantenendo vivo il patrimonio della saggezza antica.

SPAGIRIA, UN' ANTICA DISCIPLINA ALCHEMICA

Dr. Marco

“L’arte della Magia percepire l’essenza delle Natura (Luce Astrale) e anima e dello Spirito per materiali prese nelle operazioni dell’Alto essere riunite e portate ad armonica [...] Se volete compito, bisognerà che separare lo spirito e la inoltre, separare l’anima renderla tangibile. Dopo dell’anima apparirà oggettiva dalla potenza

Questo scriveva nel XV Tritemio. Fu l’incontro portò Aurelio Filippo Hohenheim, detto Spagiria, a diventare uno discussi personaggi della

ritengono che il nome Paracelso sia stato scelto per indicare “l’essere come e andare oltre Celso”, enciclopedista romano, noto per il suo trattato *De Medicina*.

Secondo Paracelso, i migliori insegnamenti per un medico non provengono affatto dai veneratissimi medici del passato, come Ippocrate, Galeno, Avicenna, bensì dall’esperienza, quella stessa che lui aveva raccolto nei suoi lunghi viaggi.

“Le stringhe delle mie scarpe racchiudono più saggezza di Galeno ed Avicenna insieme, e la mia barba ha più esperienza di tutto il loro sapere [...] Quando voglio provare qualcosa, non cerco di farlo citando delle autorità, ma facendo appello all’esperienza e alla ragione”

Paracelso introduce una nuova tipologia di alchimia, non più basata solo sulla trasmutazione dei metalli, ma anche dei vegetali, e da lui chiamata “spagiria”. All’epoca si credeva che le malattie derivassero da uno sbilanciamento dei quattro umori: bile nera, bile gialla, flemma e sangue. Secondo Paracelso, invece, i nostri corpi sono macchine alchemiche, capaci di trasformare una sostanza in un’altra, proprio come accade nell’Universo (siamo un microcosmo in un macrocosmo e risentiamo dell’influsso delle stelle). La malattia interviene quando specifici veleni entrano nel corpo, ma l’organismo non riesce a trasformarli ed eliminarli.

La spagiria si basa su un particolare metodo di creazione delle tinture madri: vengono estratte le frequenze energetiche delle piante e creati dei prodotti fitoterapici a base d’acqua in grado di trasportare le informazioni frequenziali delle piante laddove si manifesti un disequilibrio per ripristinare la funzionalità di un tessuto o di un organo. Ogni prodotto spagirico contiene in sé i quattro elementi (aria, acqua, fuoco, terra) e i tre principi primari alchemici (zolfo, sale, mercurio) che si fondono insieme e creano una sola natura. In Spagiria non vi è coltivazione delle piante; la raccolta viene fatta su piante spontanee, cresciute nel bosco o nei campi. L’alchimista deve sapere a



Divina sta nella facoltà di cose nella luce della nell’uso dei poteri dell’ produrre delle cose dall’universo invisibile e e del Basso che devono agire in maniera riuscire in questo conosciate il mezzo per vita nella Natura e, astrale che è in voi e di che, la sostanza visibile e tangibile, resa dello spirito”

secolo l’abate Giovanni con quest’ultimo che Teofrasto Bombasto di Paracelso, padre della dei più conosciuti e sua epoca. Alcuni studiosi

cosa serve una specifica pianta, in che periodo e a che ora è adeguato eseguire la raccolta della stessa.

Oltre ai rimedi erboristici, Paracelso propone anche di somministrare in piccole dosi sostanze minerali purificate, come il mercurio e l'antimonio.

“Tutto è veleno, e nulla esiste senza veleno. Solo la dose fa in modo che il veleno non faccia effetto”

L'alchimia si colloca al confine tra la scienza e la filosofia e l'alchimista possiede sì il suo laboratorio ma anche il suo oratorio dove pregare e meditare, perché grazie alla preghiera ed alla meditazione trascende la sua natura umana.

SPAGIRIA: UN VIAGGIO NELLA SCIENZA ALCHEMICA

La Spagiria, una parola che deriva dal greco estrarre e assemblare.

È una branca dell'alchimia che si concentra sull'estrazione, purificazione e combinazione delle sostanze per ottenere un equilibrio perfetto tra corpo, anima e spirito. Questo antico sapere, che risale ai tempi dell'Antica Grecia e del Rinascimento, trova le sue radici nella convinzione che ogni cosa nell'universo sia interconnessa e che attraverso la trasmutazione si possa raggiungere la perfezione.

Origini e Storia della Spagiria

La Spagiria fu sviluppata principalmente da Paracelso (1493-1541), un medico, alchimista e filosofo svizzero, il quale credeva che la medicina dovesse andare oltre i semplici rimedi fisici e considerare anche gli aspetti spirituali e astrali della guarigione. Egli combinò le conoscenze erboristiche tradizionali con le tecniche alchemiche, dando vita a un sistema olistico di guarigione.

Durante il Rinascimento, la Spagiria si diffuse in tutta Europa, influenzando non solo la medicina ma anche la filosofia e la scienza. Alchimisti come Basilio Valentino e George Ripley contribuirono allo sviluppo e alla diffusione di questo sapere, integrandolo nelle loro opere e trattati.

Principi Fondamentali della Spagiria

Triade Alchemica: La spagiria si basa su tre principi fondamentali noti come sale, zolfo e mercurio, che rappresentano rispettivamente il corpo, l'anima e lo spirito. Questi elementi devono essere estratti e purificati per creare un rimedio efficace.

Separazione e Congiunzione: Il processo spagirico prevede la separazione delle componenti essenziali di una sostanza e la loro successiva riunione in una forma più pura e potente. Questo riflette il principio alchemico della "congiunzione", o unione degli opposti.

Elisir e Tinture: I prodotti finali della spagiria sono spesso elisir e tinture, preparati attraverso la distillazione, la fermentazione e la coagulazione. Questi rimedi sono considerati capaci di riequilibrare le energie del corpo e di promuovere la guarigione a livello fisico e spirituale.

Spagiria e Medicina Moderna

Nonostante la spagiria sia considerata una pratica esoterica, alcuni dei suoi principi hanno influenzato la medicina moderna. L'uso di estratti vegetali e la ricerca di metodi di purificazione e potenziamento delle sostanze naturali trovano eco nell'erboristeria contemporanea e nella fitoterapia. La spagiria sottolinea l'importanza di un approccio olistico alla guarigione, considerando l'interconnessione tra mente, corpo e spirito.

Conclusioni

La Spagiria rappresenta un affascinante capitolo della storia dell'alchimia e della medicina, unendo tradizione e scienza in un sistema di conoscenza olistica. Sebbene molte delle sue pratiche rimangano nell'ambito dell'esoterismo, il suo influsso è visibile ancora oggi nelle discipline che cercano di bilanciare la cura del corpo con quella dell'anima e dello spirito.

Questo viaggio nella spagiria ci ricorda l'importanza di considerare l'essere umano nella sua totalità e di cercare sempre l'equilibrio tra le diverse componenti della nostra esistenza.

Oggetto: Tipologie di permanenza con Seva all'Ashram Joytinat

Buongiorno a tutti,

Vi offro un'opportunità di crescere spiritualmente con Yoga e Ayurveda al fianco del maestro Swami Joythi vivendo nell'Ashram Joytinat

Vorrei distinguere le due tipologie di permanenza con Seva che l'Ashram offre attualmente:

- 1. Karma Yoga in Ashram:** Seva, è un servizio disinteressato per la crescita personale e la purificazione interiore. Non è uno scambio, ma un'opportunità per crescere interiormente, coinvolgendosi nelle attività quotidiane dell'ashram. Il Karma Yoga (Seva) non è una scappatoia, né una soluzione, ma un mezzo per stabilire la tranquillità interiore e seguire la propria strada (Dharma). Il metodo per praticare e realizzare il Karma Yoga sarà insegnato. La durata minima per partecipare è di 1 mese. Per chi è interessato e desidera ulteriori dettagli su questa permanenza, siete invitati a prendere direttamente contatto con la segreteria (ashram@joytinat.it) che vi invierà il regolamento interno.
- 2. Crescere al fianco del maestro:** è possibile impegnarsi per un periodo minimo di 3 anni, o in modo permanente. Stare per un lungo periodo è necessario per acquisire la saggezza della vita e crescere. Questa esperienza unica permette a chi vi partecipa di immergersi completamente nella vita spirituale, tramite Seva all'Ashram e apprendendo la cultura Vedica, trasmessa personalmente dal maestro Joythi. Continuità e dedizione sono fondamentali per il nostro cammino spirituale e per la vitalità e l'energia dell'Ashram. Una proposta con compiti e responsabilità specifici verrà creata a seconda delle abilità della persona.

A seguito di un periodo di prova di 1 mese, verrà stabilito se la persona è adatta per restare in questa comunità spirituale Joytinat. È richiesta uno spirito devozionale e una abilità autonoma di sostenere la realizzazione dei progetti dell'Ashram. L'aspirante diventerà un membro della famiglia Joytinat e l'ashram si prenderà cura delle sue necessità di uso personale durante la permanenza: cibo, vestiti, alloggio, prodotti Dinacharia.

Per chi è interessato, siete invitati a prendere direttamente contatto con il maestro Joythi (krishna.kitna@gmail.com).

Sono grato per il sostegno di tutti, inclusi coloro che si sono già messi a disposizione, confidando nella vostra comprensione e Seva per questa direzione.

Grazie per il vostro ascolto e collaborazione.

Un caro saluto a tutti,

Maestro Joythi

“RASA SHASTRA”

Alchimia indiana: uso di metalli e minerali nell'Ayurveda

Maestro Swami Joythimayananda

Utilizzato allo scopo di:

Deivada: (Jivana Mukthi, Mohsha) realizzare lo stato divino, libertà;

Dhatuvada: migliorare la qualità dei tessuti;

Chikitsa vada: curare varie malattie

Processi/azioni di Purificazioni (Shodana).

SWEDANA: bollire minerali/metalli in succhi/decotti di erbe o nel latte, ecc.

MARDANA: triturazione nel mortaio-pestello.

DHALANA: liquefazione del metallo e colata del metallo fuso in un liquido specifico

MURCANA: triturazione fino alla finezza.

PATANA: distillazione.

MARANA: tramite incenerimento la struttura originale (inorganica) dei metalli muta in una forma "non metallica" (organica).

Un metallo viene convertito nei suoi composti (come carbonati, ossidi, ecc.) trattato mediante una gamma di prodotti animali ed erboristici.

Tale azione, genera una sostanza biodisponibile per il corpo ed assimilabile dai tessuti: BASMA (nano molecolare).

SETTE STATI DI COSCIENZA NELLA CULTURA VEDICA

Cosa succede dopo marana?

Non produce alcun effetto indesiderato se assunta in piccola dose, ma migliora l'immunità del corpo e cura le malattie.

Parada (Mercurio) - L'anima di Rasashastra

Occupi un posto di rilievo nell'Ayurveda fin dai tempi antichi, sebbene sia considerato un elemento tossico dalle medicine moderne.

Kajjali (Mercurio e Zolfo)

Un composto formato dalla triturazione di mercurio e zolfo purificati

La parola "Kajjali" significa "Nero".

Suvarna (Oro)

Tonico cerebrale e cardiaco, è afrodisiaco e aumenta la potenzialità sessuale, stimola l'attività dello stomaco, della pelle e dei reni favorendo la sudorazione.

Rajat (Argento)

Migliora la memoria e le qualità della pelle.

Tamra (Rame)

Astringente, sedativo, antispasmodico, antisettico. Utilizzato per il trattamento della tosse, della tubercolosi, dell'asma e dei disturbi della pelle e fegato.

Loha (Ferro)

Indicato in condizioni di anemia, disturbi del fegato e della milza, debolezza generale.

Naga (Minerale Blue Vitriol)

È indicato contro i vermi intestinali, leucorrea, ingrossamento della milza, diarrea, febbre, tumore addominale, dispepsia, ascite, malattie urinarie e anemia.

THAIMAI: LA BENEDIZIONE DI UN MAESTRO

Da anni oramai chiedevo al Maestro di condividere con me i suoi insegnamenti sulla Maternità e ogni volta mi invitava a rivolgermi a Raja. Tuttavia il mio sentire, da discepolo del Maestro, mi spingeva a richiedere nuovamente a lui. Così nel Novembre del 2023, prima che partisse per il suo viaggio in Colombia ci ho riprovato “Maestro, prima che tu lasci il corpo ti vorrei chiedere dal cuore un dono per me: la condivisione delle tue conoscenze sulla Maternità” e lui, con un dolce sorriso sulle labbra e i suoi occhi luminosi finalmente ha risposto “Sì, va bene”.

Dopo un Master in Medicina Ayurvedica conclusosi con una tesi che parlava della mia storia “L’infertilità idiopatica di coppia” un flusso non cercato ed incessante di donne con problematiche ginecologiche, nel concepimento e nel ciclo mestruale, ha iniziato ad arrivare a me in qualità di medico ayurvedico. Nell’ultimo anno (comprenderò più avanti, non a caso) tutte le mie pazienti con difficoltà nel concepire, attraverso un intervento terapeutico con la medicina ayurvedica, sono rimaste incinta. Una meravigliosa notizia! Ma spesso il mio Ego si è presentato bussando alla porta: “Perché loro sì e io no?”.

Arriviamo a Maggio di quest’anno, il Maestro e i partecipanti al corso arrivano nel nostro Centro Ayurveda e Yoga a Treviso per il CORSO MATERNITÀ - THAIMAI con SWAMI JOYTHIMAYANDA . I nostri giorni insieme al Maestro sono trascorsi in una magica alchimia che solo lui porta con sé, inebriando di luce, comprensione e amore le nostre menti, i nostri cuori ed il nostro spirito.

Ed eccomi al suo fianco, a massaggiare i pancioni sotto la sua guida esperta, condotta dai suoi occhi sapienti che mi osservavano, mentre sentivo risvegliarsi in me un sapere atavico, che ho sempre percepito di avere, ma non riusciva ad emergere completamente. Così il Maestro ha definitivamente rimosso quest’ostacolo, una vera e propria iniziazione che mi ha trasportata a contattare un’esperienza profonda, già presente in me, già vissuta.

Ho sempre avuto il dono di mani capaci di ricevere e accogliere la nuova vita, un’affinità elettiva, la sicurezza e la propensione nel tenere in braccio i corpicini fragili dei neonati e’ stata un tratto distintivo e caratteristico sin dalla mia prima infanzia, quando già a pochi anni d’età mi avvicinavo ai neonati volendoli abbracciare, coccolare e tenere in braccio, per questo mi chiamavano “Vecchiarella”.

Persino con i cuccioli di animali facevo così, quando ne trovavo uno lo portavo a casa e lo curavo. Anche Peppino, il mio cane arrivato dal cielo dopo un sogno, si è materializzato quel giorno stesso nella spazzatura dove l’ho trovato.

Così qualcosa si è trasformato dentro di me, ora sono finalmente libera di amare la Maternità totalmente, come un sospiro, ho lasciato andare il desiderio della mia mente controllante e programmatrice di avere un figlio ad ogni costo, un disturbo dell’Universo, così l’ha definito il Maestro.

Oggi mi specchio e dopo 46 anni mi riconosco e comprendo il vero significato che per me ha avuto organizzare questo corso, perché l’ho così fortemente voluto e soprattutto cosa voleva dirmi quella carta che per ben 3 volte consecutive negli ultimi 7 mesi e’ tornata tra le mie mani:

SONO ARTEMIDE 

Dea della Fertilità

Protettrice delle Ragazze e delle Donne

Custode della Nascita e del Parto

Signora della Natura Selvaggia, degli Animali, della Foresta e della Luna

Con il mio arco e le mie frecce HO IL COMPITO DI PORTARE LA LUCE

Collegata ai confini e alle transizioni

Vivo accompagnata dal mio fedele cane da caccia

“AYEM ME HASTO BAGAVAN
AYEM ME BAGAVAN AVATAR

AYEM ME VISHVA BISAJA
AYEM ME SHIVABI MARSHANA
AOM”

“Sono nata divina
Ho mani divine
Ho un potere divino
Il mio tocco ti guarirà ed Illuminerà”

AOM SHANTI, SHANTI, SHANTI

Profondamente Grata Maestro per questo risveglio.

Grazie anche al mio [Marco Colella](#) che come un soffio caldo e luminoso mi spinge ad andare avanti.

Grazie [Iva Gnan](#) ingrediente indispensabile, Madre accogliente e premurosa.

Adesso nel nostro [Centro Āyurveda e Yoga Mahājyotiḥ](#) (letteralmente tradotto dal sanscrito La Grande Luce) a Treviso sono pronta ad accogliere anche le mamme, i loro pancioni ed i loro neonati attraverso l’Ayurveda e Yogasana.

Con il cuore colmo d’amore,
tua devota per sempre.

Lucia

ALCHIMIA E CULTURA RASA SASTRA - La Tradizione Tamil del sud dell'India

Maestro Swami Joythimayananda



Introduzione

Il Siddha Veda rappresenta una delle più antiche tradizioni della cultura dell'India, sviluppatesi principalmente nel Sud del Paese, in particolare tra le comunità Tamil. Questa tradizione, spesso chiamata semplicemente Siddha, combina aspetti di spiritualità, religione, cultura, medicina e alchimia. È un sistema terapeutico unico e complesso, simile all'Ayurveda del Nord India, il Siddha Veda ha una propria branca di alchimia conosciuta come Rasa Sastra, che si concentra sull'uso di metalli e minerali per la guarigione.

Storia e Origini

Le origini del Siddha Veda sono avvolte nel mito e nella leggenda. Si ritiene che i Siddhar, antichi saggi e mistici, abbiano sviluppato questo sistema attraverso una profonda comprensione delle forze della natura e del corpo umano. Uno dei più noti tra questi saggi

è Agastyar, considerato il padre del Siddha Veda. I testi sacri, spesso scritti su foglie di palma, trasmettono le conoscenze spirituali, di guarigione e le preparazioni alchimiche accumulate dai Siddhar.

Principi Fondamentali del Siddha Veda

Il Siddha Veda si basa su diversi principi fondamentali che guidano sia la diagnosi che il trattamento delle malattie:

Tridosha (Vatam, Pitam, Kapam): come nell'Ayurveda, l'equilibrio tra i tre dosha è fondamentale per la salute. Tuttavia, il Siddha Veda dà una maggiore attenzione alla componente spirituale e all'energia vitale.

Pancha Bhoota (Cinque Elementi): Terra, Acqua, Fuoco, Aria e Etere sono considerati i pilastri fondamentali della vita e della salute. Ogni elemento è associato a determinate funzioni corporee e stati di salute.

Kayakalpa (Ringiovanimento): il concetto di Kayakalpa è centrale nel Siddha Veda e si riferisce a pratiche e trattamenti destinati a rigenerare il corpo e prolungare la vita.

Rasa Sastra nel Siddha Veda

La Rasa Sastra del Siddha Veda si differenzia in alcuni aspetti da quella dell'Ayurveda, pur condividendo molti principi comuni. È una scienza che utilizza metalli, minerali e altre sostanze inorganiche, trasformandoli attraverso processi alchemici per creare medicinali potenti.

Principi Alchemici

Suddhi (Purificazione): i metalli e i minerali vengono purificati per rimuovere le impurità tossiche. Questo processo è essenziale per rendere le sostanze sicure al consumo umano.

Yogam (Mescolanza): le proprietà curative delle erbe vengono incorporate nei metalli e minerali attraverso processi alchemici come la triturazione, la macerazione, ecc.

Agni (alleggerire tramite Incenerimento): ulteriore processo di trattamento che consiste nel bruciare le sostanze, riducendone la tossicità e raffinandone le proprietà.

Bhasma (prodotto nano molecolare): i metalli vengono calcinati e trasformati in forme

assimilabili, che possono essere utilizzate terapeuticamente e misticamente.

Applicazioni Terapeutiche

Le preparazioni alchemiche del Siddha Veda sono utilizzate per trattare una vasta gamma di malattie. Le condizioni trattate includono malattie croniche come l'artrite, il diabete, le malattie della pelle, i disturbi respiratori e le infezioni. Oltre ai trattamenti medici, il Siddha Veda pone una forte enfasi sul mantenimento della salute attraverso una dieta equilibrata, l'uso di erbe medicinali e pratiche di purificazione del corpo e della mente.

Principali sostanze e Preparazioni

Mercurio (*Rasam*): trattato con grande cura, viene purificato e combinato con altre sostanze per potenziare le proprietà delle preparazioni medicinali.

Oro (*Ponn*): utilizzato per le sue proprietà rigenerative e immunostimolanti.

Argento (*Velli*): conosciuto per le sue proprietà antibatteriche e antinfiammatorie.

Rame (*Sembu*): utilizzato per il trattamento di disturbi digestivi e per le sue proprietà disintossicanti.

Controversie e Sfide

Nonostante i benefici terapeutici del Siddha Veda, esistono anche delle preoccupazioni riguardanti la sicurezza delle preparazioni alchemiche, specialmente quelle contenenti metalli pesanti. È fondamentale che questi prodotti siano realizzati e somministrati da praticanti esperti, seguendo rigorosamente le procedure tradizionali affiancate da protocolli moderni per garantirne sicurezza ed efficacia.

Conclusioni

Tra i testi più importanti troviamo Agasthiyar Ratnakaram e Agasthiyar Chintamani che descrivono dettagliatamente le procedure da seguire per preparare e utilizzare i farmaci a base di metalli e minerali.

Il Siddha Veda e la sua tradizione alchemica rappresentano un tesoro di conoscenze antiche che continuano a essere rilevanti nella pratica medica moderna. Questa tradizione offre un approccio olistico alla salute che integra la

medicina, la chimica e la spiritualità, riflettendone la profondità e la sofisticazione delle antiche conoscenze della cultura Tamil. Con una regolamentazione adeguata e ulteriori ricerche, il Siddha Veda ha il potenziale di fornire preziosi contributi alla medicina contemporanea, preservando e valorizzando il patrimonio di saggezza accumulato nel corso dei secoli.

- *maestro*



ASHRAM JOYTINAT

Via Ripa 24, 60034 Corinaldo (AN) – tel 071.679032 – ashram@joytinat.it – www.joytinat.it

L'Ashram Joytinat è una comunità spirituale, un luogo immerso nella natura. È un luogo nato come una comunità con multiformi funzioni, e si è stabilito nella bellissima terra delle Marche, in una zona collinare chiamata Corinaldo, in provincia di Ancona, a 18 Km da Senigallia. Questa sede è stata concepita dal Maestro come un "sole", il cui nucleo è costituito dalla più alta eredità spirituale e culturale dell'India



Cosa significa Ashram

Ashram è un termine sanscrito che indica la via del seguire, è uno spazio dove il Maestro trasmette la cura, la saggezza e la pace; ideale per riprendere contatto con la propria natura; è un punto spirituale nato con lo scopo di ricerca interiore. L'Ashram è un maestro, la vita dell'Ashram è *Sadhana*, pratica spirituale nell'arco della giornata.

Dharma nell'Ashram: non fare male agli altri e stare forti in se stessi per migliorare la qualità della vita. Servizio, silenzio, meditazione, amore e dono sono i principi da seguire. È vero, trasmettere l'amore verso il prossimo è una crescita interiore. Coloro che vivono permanentemente in Ashram, o vi soggiornano anche per brevi periodi, vengono alimentati dalla forza spirituale e dalla cultura vedica accanto a un Maestro, con la mente chiara, rispettosa e sensibile. All'Ashram si agisce dedicando l'azione a Dio e si contempla. Qualunque persona, in Ashram, devoto, discepolo, allievo, visitatore casuale, ha il dovere di rispettare e riflettere i principi con onestà, comprendendone la tradizione e la disciplina.

Le attività quotidiane vengono svolte con l'attitudine mentale di offrire "*Seva*", cioè donare il proprio lavoro senza attaccamento né aspettative. In questo modo le attività diventano una pratica di Yoga, senza distinzioni tra insegnanti e ospiti, e con la creazione di un'atmosfera elevata.

Ritiro spirituale

Sperimentare uno stato di coscienza senza tempo, imparare a vivere in assenza di preoccupazione per i frutti dell'azione. Dare un'attenzione al presente e lasciare andare il tempo psicologico.

Ayurveda

L'Ashram Joytinat offre diversi trattamenti ayurvedici: massaggi, *panchakarma*, digiuno-terapia, consulti ayurvedici e preparati ayurvedici.

Meditazione

Ogni giorno ci sono due sedute di meditazione in cui è possibile ricevere indicazioni sulla corretta postura, praticare efficaci esercizi di respirazione, concentrazione e coscienza pura.

Panchanga Yoga

Ogni giorno viene offerta la possibilità di praticare il *Panchanga Yoga*: è lo Yoga delle 5 vie, costituito da *Hatha Yoga*, *Raja Yoga*, *Bakthi Yoga*, *Jnana Yoga*, *Karma Yoga*; aiuta a disciplinare mente e intelletto, combattere lo stress quotidiano, sciogliere dolcemente le rigidità del corpo, armonizzare le emozioni, trasformare l'ego.

Panchakarma – Disintossicazione

Il *Panchakarma* è la purificazione globale praticata in Ayurveda. A causa di un'alimentazione scorretta e di uno stile di vita non equilibrato, si accumulano nel nostro corpo e nella mente molte tossine, responsabili poi di numerose malattie. Durante il trattamento si eseguono le "5 purificazioni" per eliminare le tossine che si accumulano a livello fisico e mentale. Nel *Panchakarma* si segue una dieta speciale ayurvedica.

Coltivazione Biologica

Il nostro amore verso la terra, e la volontà di ristabilire un rapporto naturale con essa, ha fatto nascere nelle terre dell'Ashram un'azienda agricola biologica che offre prodotti naturali per l'alimentazione e il benessere. Con i frutti della terra vengono preparati in modo artigianale i nostri prodotti, seguendo la tradizione Ayurvedica.

Viaggio in India

Un viaggio da sogno, sulle rive del Gange ai piedi dell'Himalaya, nutrendosi della cultura, della spiritualità e del fascino della tradizione e dei riti indiani. Questo viaggio è una *Yatra*: non diciamo vacanza, è il benessere spirituale, in contatto con la cultura spirituale e i rituali misteriosi che la mantengono sempre viva e affascinante.

Viaggio in Sri Lanka

La Scuola Joytinat vi invita a condividere questa esperienza di ritiro spirituale e visita culturale nello Sri Lanka, sotto la guida del Maestro Vaidya Swami Joythimayananda. Un'opportunità unica per immergersi nella pratica dello yoga combinata con la scoperta dei luoghi spirituali dell'antica Ceylon. "Andar Maanam", ritiro Spirituale a Kalkudah, Sri Lanka.

- Quotidianamente praticheremo *Hatha Yoga* con canto dei *Mantra*, momenti di silenzio, letture, *satsang* e meditazione.
- Momenti di rilassamento in riva al mare.
- Faremo visita al villaggio, escursioni e cena sulla spiaggia.

Tempio

Joytinat Ashram è una comunità con la finalità spirituale, che si apre la porta alle esigenze del territorio ospitante, creando un tempio di carattere universale e dedicato alla "Qualità della vita interiore", e accoglierà senza discriminazioni persone di ogni credo religioso ricerca, di integrazione come "unità nella diversità".

Via Ripa 24, 60034 Corinaldo (AN) – www.joytinat.it – ashram@joytinat.it – tel 071.679032