

*Dedicato
al
più Grande Guru del mio Universo*

IL LEONE DI PONDICHERRY



Yogamahārṣi
Dr Svāmī Gitananda Giri Guru Mahārāj
(24.07.1907 – 29.12.1993)

Colui che ha protetto la purezza
del Rishiculture Ashtanga Yoga
con il suo potente ruggito di verità

©2005 Yogacharya Dr Ananda Balayogi Bhavanani
©2009 Laksmi srl unipersonale

Tutti i diritti sono riservati

Prima Edizione: 2005
Pubblicato da: Kalaimamani Yogācārīnī
MEENAKSHI DEVI BHAVANANI
Direttore Editoriale
Satya Press
25, 2nd Cross, Iyyanar Nagar
Pondicherry-13. Tel. (0413) 2241561
e-mail: amma@icyer.com
www.geocities.com/yognat2001

Prima Edizione italiana: 2009
Pubblicato da: Laksmi srl unipersonale
Via Arno 38 - Roma
Roma - R.O.C. N. 4977/2002
per Unione Induista Italiana
www.induismo.it

a cura di: Yogaśrī Yogācārya
Svāmījī Yogananda Giri
Svami Gitananda Ashram
www.gitanandashram.it

Composto e progettato da: RAAJKUMAR'S
No.1, Rajarajeswari Nagar,
Vallalar Salai
Pondicherry – 605 011

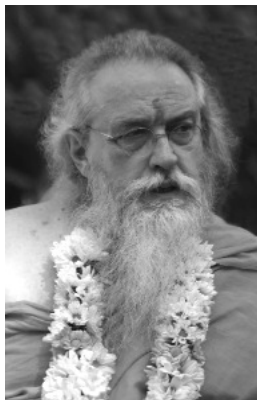
Traduzioni a cura di: Gitananda Ashram

Qualsiasi riproduzione di materiale appartenente a questo libro può essere fatta solo ed esclusivamente previa autorizzazione dell'autore e con i dovuti crediti alla fonte. Questo è un aspetto importante della cultura dello *yoga* e chiediamo a tutti i lettori di seguire questa richiesta nello spirito degli *yama* e *niyama*.

INDICE

Prefazione all'edizione italiana	7
Prefazione	9
Benedizioni e apprezzamenti	11
Introduzione	13
Introduzione dell'autore	17
PRIMA PARTE: YANTRA	
<i>Karma yuga</i>	27
<i>Dharma marga</i>	33
SECONDA PARTE: YOGA – DA UNO A DIECI	
<i>Ekā– Uno</i>	41
<i>Dvau – Due</i>	51
<i>Traya – Tre</i>	63
<i>Catvāraḥ – Quattro</i>	79
<i>Pañca – Cinque</i>	97
<i>Ṣaṭ– Sei</i>	109
<i>Sapta – Sette</i>	117
<i>Aṣṭa – Otto</i>	123
<i>Nava – Nove</i>	129
<i>Daśa – Dieci</i>	139
Conclusione	149
L'autore	153

PREFAZIONE ALL'EDIZIONE ITALIANA



Ho avuto l'onore di conoscere il Dr. Ananda Balayogi sin dalla sua infanzia. Grazie al privilegio di essere da oltre 35 anni discepolo del suo eminente padre Yogaṣi Dr. Svami Gitananda Mahaṣi. Dr. Ananda è un uomo e uno *yogi* completo nato per *punyakarman* da uno *yogin* e una *yoginī* (Amma Meenakshi Devi). Ha vissuto la sua vita in un ambiente altamente spirituale. Dedito oltre che allo *yoga*, alla musica e al canto è stato anche danzatore di *Bhārata Nāṭyam*. Laureatosi in medicina è anche un valido ricercatore nei vari aspetti della scienza spirituale nella sua brillante intuizione.

Il Dr. Ananda Balayogi ha realizzato un'ottima esposizione dello *yoga* e cultura indù attraverso la correlazione

numerica.

La scienza dello *yantra* è una scienza vastissima, nella quale il numero è il centro. Troviamo esperienze yantriche nei *Vāstu Śāstra*, *Mantra Śāstra*, *Sila Śāstra*, *Jyotiṣa*, *Śilpa*, ecc.

Il termine *yantra* deriva dalla radice *yam* che significa "sostenere, sorreggere, dominare" e da *yantrayati* "controllare, obbligare, forzare".

Le prime applicazioni della parola facevano riferimento a strumenti meccanici, chirurgici, astronomici, ecc., successivamente la parola si inserisce nella terminologia mistica probabilmente per il suo significato di controllo, protezione, legame (*yantranam*) che è un'estensione del significato etimologico di "conservare, limitare" (*yantra samkochane*).

Quindi la conoscenza della scienza yantrica protegge il *sādhaka* dalle influenze negative e lo aiuta a percorrere le fasi della sua evoluzione con consapevolezza e autoconfidenza.

L'Uno assoluto, senza secondo non è il primo di una serie. In questo Uno null'altro vi è che Quello.

È per sua spontanea volontà che in Lui si riflette una apparente molteplicità di numeri e suoni.

Così questo universo è un insieme di coordinate numeriche, che determinano nomi e forme (*nāma - rūpa*).

Così nasce la scienza di *mantra* e *yantra*.

Attraverso il numero e la parola si evocano e controllano non solo le energie e i modelli individuali ma anche quelli cosmici, così almeno è la teoria di queste scienze sacre.

Ricevendo questa scienza dal suo amato Padre e Guru, il Dr. Ananda brillantemente espone in questo testo, in modo semplice ma profondo, una vasta conoscenza per il beneficio di coloro nei quali la consapevolezza è risvegliata.

Siamo grati al Dr. Ananda per il suo lavoro e la sua dedizione agli alti scopi dello *yoga*.

Yogaśrī Svāmi Yogananda Giri
Mahant Gitananda Ashram Italia