Yoga e Donna: la trasmutazione dell'energia degli elementi primordiali-tattva

Sito nuragico: Tempio a pozzo di Santa Cristina

Terra, acqua, fuoco, aria, spazio-etere, sole-luce gli elementi primordiali che si vanno a riscoprire nella loro sinergia con gli astri... del SOLE e della LUNA.

Il sito nuragico ruota intorno alla sacralità della fertilità
probabilmente uno stadio matriarcale…
evoca i genitali femminili
visto dall'alto
si associa
all'utero

nella scala a scendere, ricorda
la pura matrice,
il grembo

foto Georgia Nuzzo

La *yoni*, matrice delle nascite appartiene al sacro…
contiene la stabilità, la concretezza
dell'elemento TERRA

e dell'elemento ACQUA,
la fluidità e la duttilità.

È ricettacolo di tante tossine e vorticosità fisiche e mentali.
Con questa consapevolezza discriminativa, *viveka*,
nel percorso yoga e donna, la donna se ne libera
con rituali di purificazione verso la
madre TERRA,

per trasformare *parinama* con l'elemento FUOCO
che brucia le impurità, si rovescia la direzione…
si schiude il bocciolo, si risale,
si rinasce, verso la LUCE.

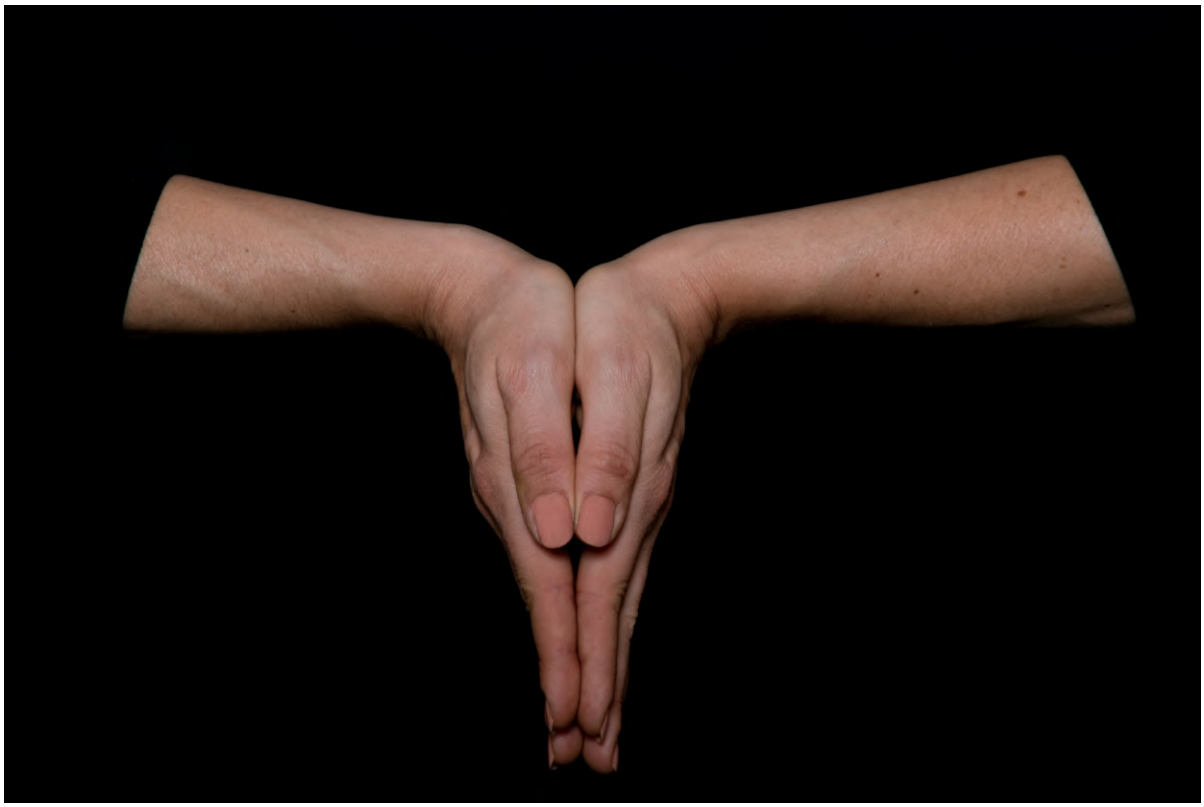
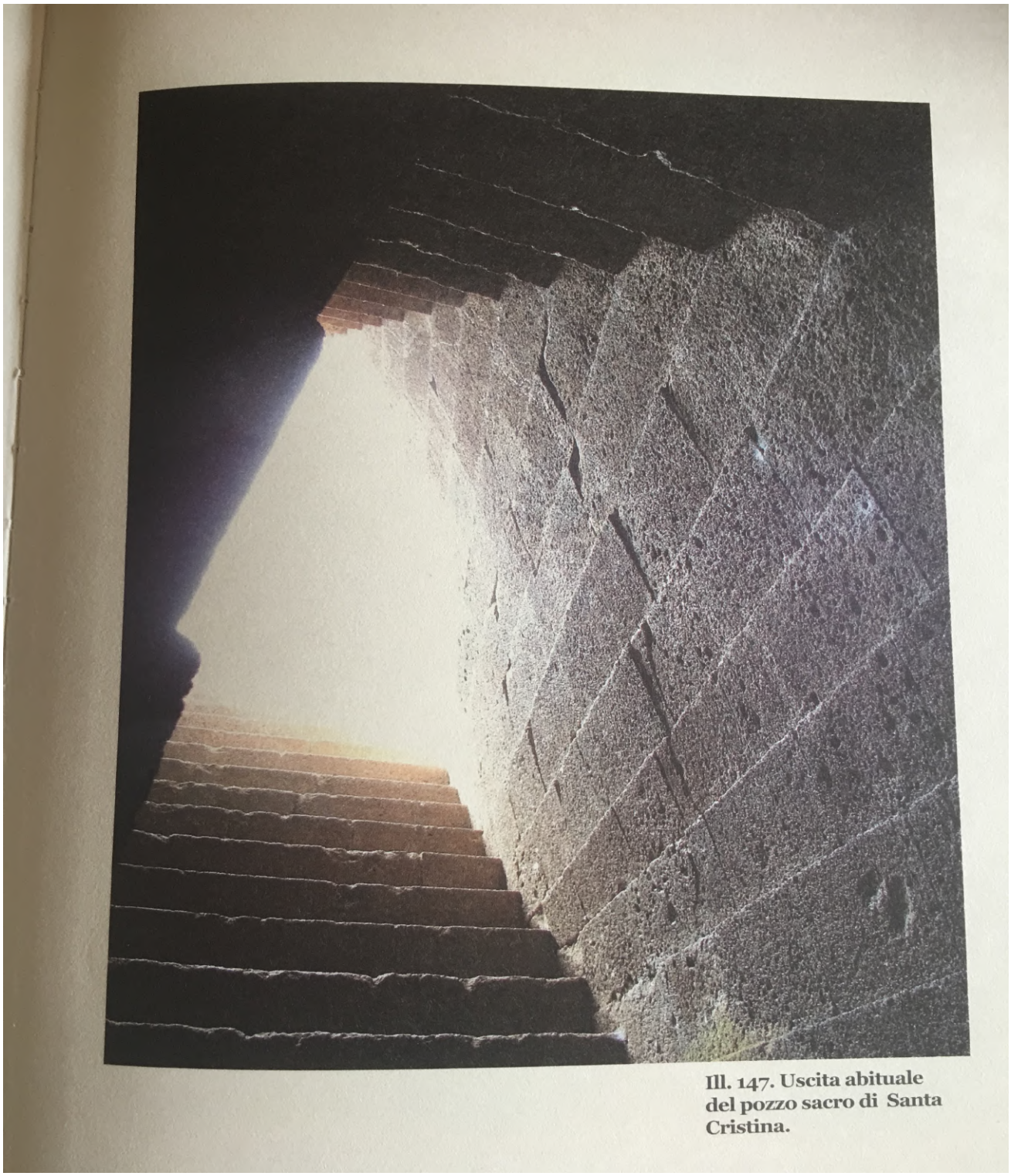


foto Georgia Nuzzo

Inizia così il rituale…si scendono i venticinque gradini nella madre TERRA, in una perfetta forma geometrica, un
triangolo isoscele, si penetra nella propria interiorità,
si prende coscienza delle *vritti*-emozioni-tensioni
che si vogliono ‘lasciare andare’, per purificarsi,
e lasciar ‘morire’, senza trattenere in sé,
ma, al contrario depositare nelle acque…
del sacro pozzo, ACQUA
sorgiva, fresca, che
non stagna
SCORRE

si risale non le stesse… come in una rinascita,
una luce interna, così in terra così in cielo.
Bisogna guardare in alto per vedere la
scala che porta verso la LUCE.

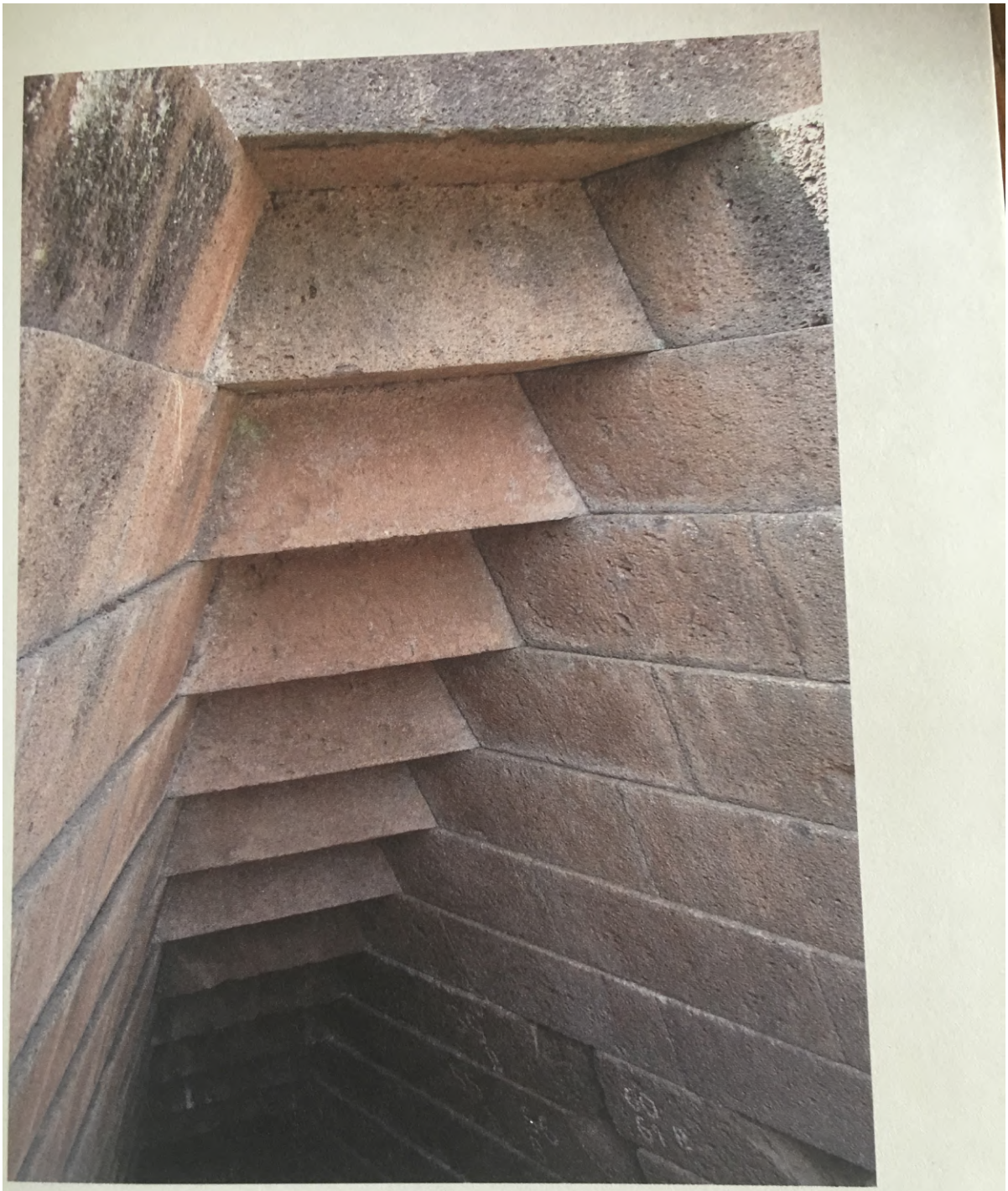


Ill. 147. Uscita abituale del pozzo sacro di Santa Cristina.

Arnold Lebeuf, *Il Pozzo di Santa Cristina, Un osservatorio lunare*, Tlilian Tlapalan, Cracovia, 2011, p.223.

La scala rovesciata non scende, bensì sale…
verso un rovesciamento interiore
oltre che visivo…

Cosa poteva significare 3 mila anni fa?
La rappresentazione visiva … di
un fenomeno interiore…



Ill.11. Santa Cristina, la scala rovesciata.

I contenuti specialistici possono rendere più difficile l'accesso a questo libro ma ho fatto del mio meglio per presentare le cose nel modo più semplice. In esso è dimostrato lo straordinario progresso scientifico di una cultura e di un'epoca

Arnold Lebeuf, Il Pozzo di Santa Cristina, Un osservatorio lunare, Tlilian Tlapalan, Cracovia, 2011, p.19.

La scala rovesciata

Si ripete il rovesciamento durante l’equinozio di primavera e di autunno, a marzo e a settembre, con la
particolare inclinazione a 11 gradi
dell’elemento SOLE…

Quando si scendono i gradini nella terra
la propria ombra viene
proiettata
capovolta

come nella stele della figura umana capovolta…
che raffigura ‘il defunto’… III millennio A.C.
di Laconi

Museo Sanna, Sassari

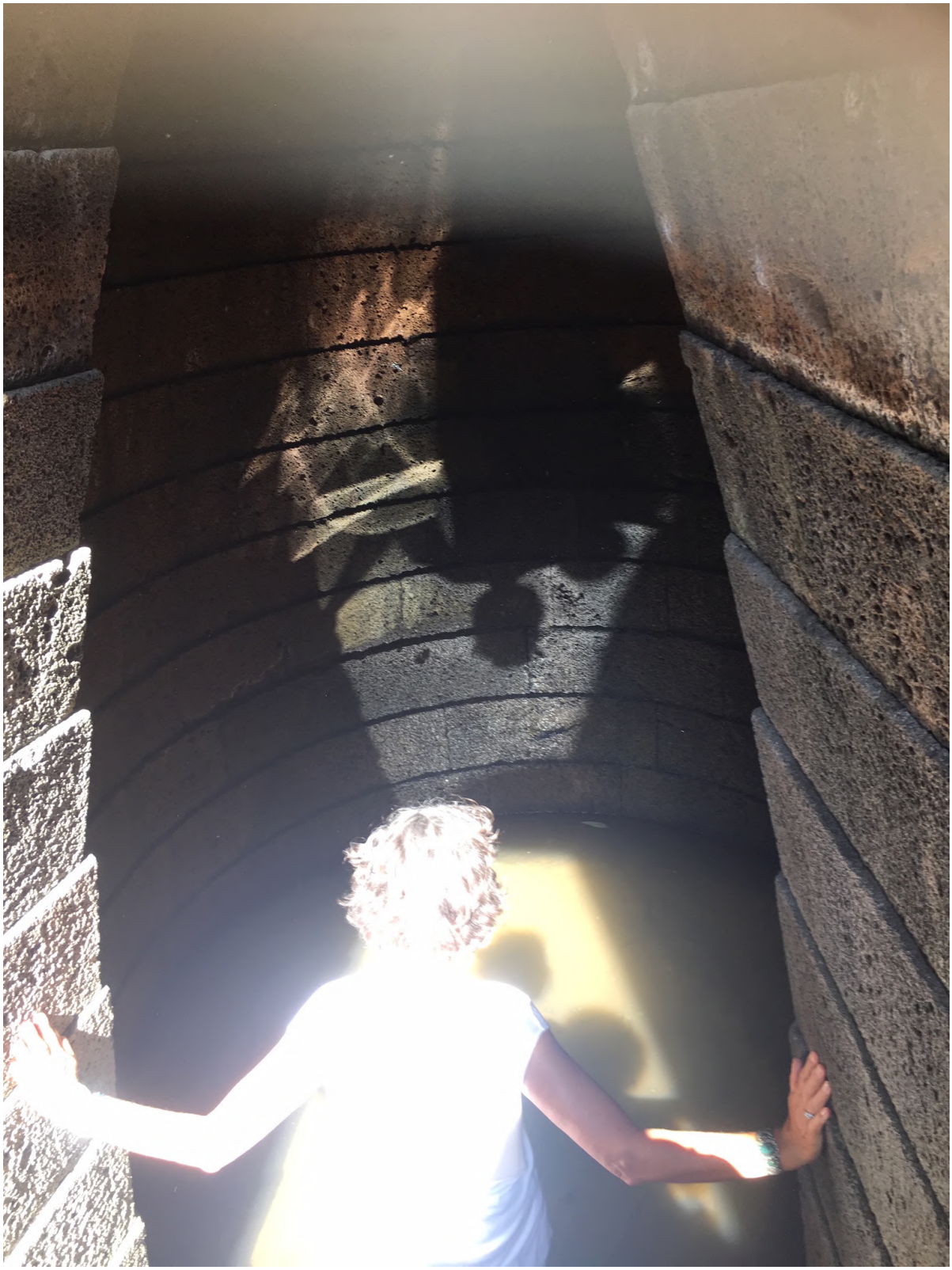
Ma è anche la posizione in cui si nasce… capovolti…
a testa in giù… la stessa immagine
parla di morte e di nascita?

Usando questa simbologia della figura capovolta
con un gruppo di donne provenienti da tutta
la Sardegna in semicerchio…

si è creato un raccoglimento guidato sul tema della morte…
che le donne conoscono ogni mese
con la fine del sanguinare
nella ciclicità mensile.

È necessario silenziare la mente per predisporsi
ad accogliere la sinergia energetica degli astri
nel linguaggio arcaico degli elementi
TERRA-ACQUA-SOLE-LUCE

foto Georgia Nuzzo



Equinozio solare, Pozzo Sacro Santo Cristina, 16 settembre 2018

Un viaggio in luoghi definiti e indefiniti,
un'immagine archetipica del femminile,

una rappresentazione simbolica
che ha ispirato una ricerca
già in atto…

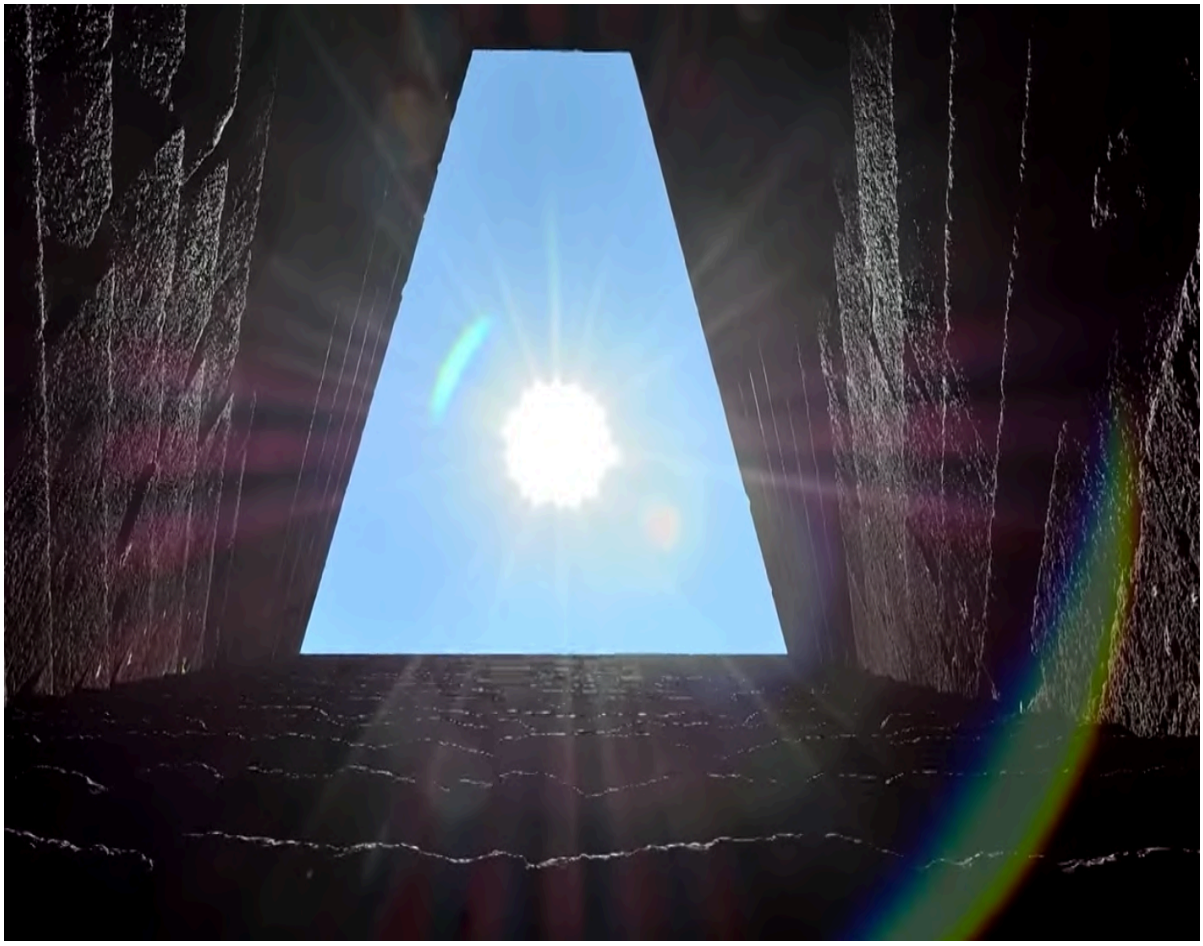
La sincronicità dell'incontro con il sito nuragico
parla dell'esperienza personale che
confluisce in un significato
più universale

l'ombra parla di quello che non si vede…
del lato oscuro… buio… che con
la luce della coscienza diventa
cosciente e si dissolve…

Un segno – la forma della matrice – che dall'esterno
incoraggia a ricercare una propria interpretazione
della purificazione della *yoni*...

Il disagio personale poteva quietarsi nella cornice dello scorrere
delle acque, come quando da fermi si può
guardare-osservare la mente muoversi…

Yoga Sūtra I.3 *tadā draṣṭuḥ svarūpe´vasthānam*
Allora il vedente [lo spirito-*purusa*]
riposa nella sua essenza.



Equinozio solare, Pozzo Sacro Santo Cristina, 16 settembre 2018

śivaḥ śaktyā yukto yadi bhavati śaktaḥ prabhavitum
na ced eva devo na khalu kuśalaḥ spanditum api |
(*Saundaryalaharī* 1)

Se *Śiva* è unito alla *Śakti* allora è in grado di esercitare la sua potenza, altrimenti non è neppure capace di vibrare …