

Esecuzione dell'Agnihotra

Le istruzioni che seguono possono essere un aiuto per il corretto svolgimento dell'Agnihotra. L'Agnihotra, tra l'altro, ha un'azione purificante sull'aria, la terra e l'acqua e aiuta a ristabilire l'equilibrio ecologico. Oltre a ciò, può armonizzare il corpo umano, l'anima e lo spirito.

La pratica dell'Agnihotra e l'uso della cenere che viene prodotta, con la sua energia molto elevata, vengono chiamati Homa-Terapia. Essa si incardina su un concetto centrale:

L'Agnihotra cura l'atmosfera, e l'atmosfera curata cura te.



La pratica

L'Agnihotra è molto semplice da eseguire e dura circa 10 minuti. Per l'Agnihotra vengono bruciati, in un contenitore di rame dalla forma piramidale, sterco secco di mucca e ghee. Viene eseguito precisamente all'alba e al tramonto, mettendo nella fiamma riso e ghee; durante ciò si canta una combinazione di parole e suoni (Mantra), sincronizzandosi con precisione, per la relazione vibrazionale, sull'orario del posto in cui ti trovi.

Attrezzi e conoscenze necessari

- Contenitore per l'Agnihotra (recipiente di rame con un preciso rapporto nelle proporzioni)
- Sterco secco di mucca
- Ghee (burro chiarificato)
- Riso naturale/riso integrale (chicchi interi non bolliti) e ciotola piccola
- Tabella degli orari per l'alba e il tramonto nella tua postazione
- Orologio preciso (per esempio satellitare)
- Conoscenza esatta della combinazione di parole e suoni (Mantra)
- Fiammiferi (non un accendino)
- Superficie isolante (per esempio, una lastra di pietra o un mattone)
- Fuoriuscita per il fumo, quando si esegue in un luogo chiuso (in casa)
- In caso di svolgimento all'aperto, adoperare una protezione dal vento

Svolgimento

Si posa il contenitore dell'Agnihotra su una superficie isolante. I lati (non gli angoli) devono essere orientati, se è possibile, lungo le quattro direzioni cardinali.

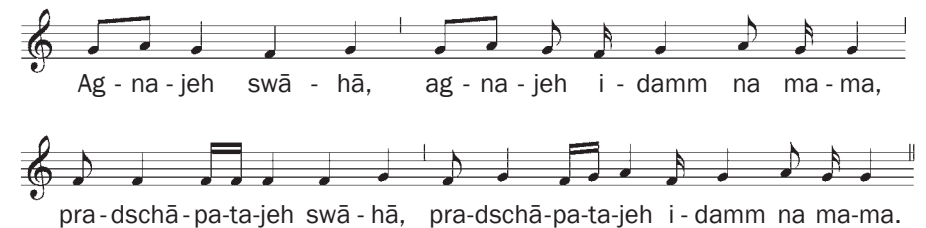
In una piccola ciotola, mettete il riso integrale mischiandolo con il ghee, e riponendolo pronto da una parte. Per due volte viene da lì presa la quantità che potete tenere tra le prime tre dita.



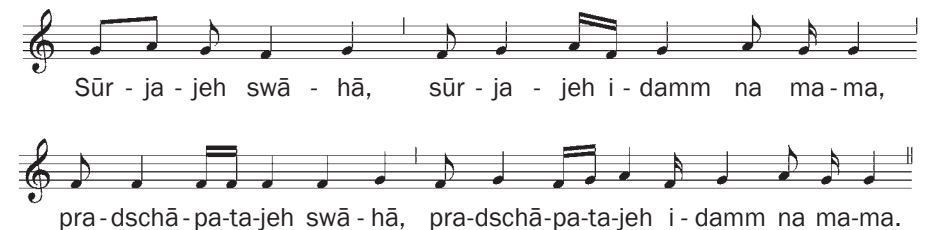
Si spalma uno strato sottile di ghee su diversi piccoli pezzi di sterco di mucca: ognuno può liberamente disporli come vuole nel contenitore. Abbiamo però verificato che risulta favorevole collocare un pezzo sul fondo della ciotola. Da tre a cinque minuti prima del preciso momento dell'alba o del tramonto, viene acceso un pezzo sottile di sterco e viene posto leggermente in diagonale sopra in primo: accanto a questo, vengono messi gli altri pezzi con buona disposizione: state attenti a che l'aria possa circolare bene! Sopra dovete formare una piccola piattaforma di sterco sulla quale mettere il riso con il ghee.

Il Mantra viene cantato nel momento preciso dell'alba e del tramonto – quando il fuoco deve bruciare già bene - e sempre, quando pronunciata la parola "swaha", date alla fiamma un pizzico di riso con ghee.

Al tramonto:



All' alba



(Vedete qui la trascrizione fonematica del Mantra: la ū e la ā sono vocali lunghe. Le note sono un aiuto per imparare, ma non danno il ritmo esatto.)

Dopo che avete cantato una volta il Mantra, l'Agnihotra è terminato. Non occorre nient'altro. Rimanete seduti o in piedi accanto al fuoco sino al che non sia spento.

Viene consigliato di lasciare così il recipiente dell'Agnihotra sino al prossimo utilizzo, perché continua ad emettere altri effetti per irradiazione. All'esterno si può coprire con una lastra isolante o con un pezzo di rame, per evitare che entri un soffio di vento e faccia volar fuori la cenere.



Prima del prossimo Agnihotra, viene tolta la cenere raffreddata, collocandola in un recipiente di vetro, rame o coccio per conservarla. Pezzi grossolani di cenere o di ghee possono essere rimossi con una paletta di legno o un pennello a setole dure (non usate oggetti pungenti o taglienti). La cenere di Agnihotra è ricca di minerali con un'energia molto alta, e può essere adoperata in vari modi.

In questo **video** potete vedere la **corretta esecuzione** dell'Agnihotra in inglese: www.agnihotra-online.com > AGNIHOTRA > Agnihotra practice

Come procurarvi l'occorrente:

Gli strumenti necessari per l'Agnihotra possono essere acquistati anche presso Homa-Hof, anche via internet. *Riso* e *ghee* possono essere trovati nei negozi che vendono articoli biologici o ayurvedici. Lo sterco secco di mucca può anche essere raccolto in autonomia (chiedendo prima al contadino). Una guida per la preparazione del ghee e per seccare lo sterco potete trovarla sulla nostra Home-Page, ma anche nel libro „Agnihotra“. Anche lo sterco secco, comunque, potete trovarlo nella fattoria Homa-Hof.

Per facilitare l'apprendimento del *Mantra*, nell'edizione di Horst Heigl, è uscito un cd dal titolo "Agnihotra e Yagna Mantras". In questo cd i Mantra vengono cantati lentamente e ripetuti nove volte – ideale per apprendere e fare esercizi.

Per individuare gli *orari precisi* secondo la vostra posizione, avete bisogno di una specifica tabella. Gli orari di alba e tramonto che potete reperire in giornali o calendari non sono adatti, perché vengono forniti in maniera non specifica. Le tabelle dei tempi esatti potete trovarle dall'indirizzo:

www.agnihotra-online.com > AGNIHOTRA > Calculating Agnihotra times, dove potete farveli calcolare e scaricare gratuitamente.
Per Smartphone e iPhone ci sono diverse app di Agnihotra.

Consigli per una buona accensione ed esecuzione

Se possibile, faveti mostrare lo svolgimento dell'Agnihotra da qualcuno che possa assicurarvi di eseguirlo correttamente. L'ideale sarebbe venire alla Homa-Hof Heiligenberg (in Germania) per una dimostrazione gratuita o imparare la pratica partecipando a qualche conferenza o presentazione.

Per far bruciare bene lo sterco di mucca, deve essere tenuto in un ambiente caldo e secco; in inverno potete tenere qualche pezzo in un recipiente sopra il termosifone. Per accendere, usate un pezzo sottile di sterco di mucca, sul quale avrete spalmato il ghee su entrambi i lati. Quando il primo pezzo brucia bene, lo potete riporre in diagonale nel recipiente per l'Agnihotra, e sovrapporre gli altri pezzi su quello che avete preparato prima. Altri, ad esempio, ripongono i pezzi di sterco l'uno sopra l'altro, e lasciando tra loro uno spazio, inseriscono il pezzetto in fiamme. In entrambi i casi, otterrete un fuoco che brucia bene.

Può essere particolarmente facile anche l'accensione dei pezzi più grossi quando lo sterco di mucca sia stato interamente immerso nel ghee. Così ciascuno può prepararsi una piccola scorta di pezzi per l'accensione.

Per facilitare l'**accensione** dello sterco di mucca, potete usare i cerini lunghi invece che quelli corti. In ogni caso, state attenti a che la testa del fiammifero non entri nel contenitore per l'Agnihotra. È anche possibile accendere prima un piccolo pezzo di legno o una candela (meglio se di cera d'api), e da quello dare alle fiamme il pezzo di sterco. Vi prego di non adoperare accendini o fiammiferi. Spegnete la candela subito dopo, perché il suo fumo può disturbare i fumi dell'Agnihotra.

All'aperto può essere necessaria una protezione contro il vento.

Infine, abbiamo un'ultima richiesta: l'Agnihotra non è un'invenzione che può essere migliorata modificandola, ma si tratta di una rivelazione, una forma di sapienza che ci è stata donata. Per questo motivo, vi preghiamo di non cambiare nulla nell'Agnihotra!

Ulteriori informazioni

Questa breve presentazione vi aiuta ad eseguire correttamente l'Agnihotra. Nella fattoria Homa-Hof Heiligenberg vengono regolarmente e gratuiti proposti degli incontri dimostrativi e d'informazione, nei quali si può imparare l'Agnihotra e constatare personalmente i risultati nell'agricoltura e nell'energia sottile. Appuntamenti ed ulteriori conferenze in altri luoghi vengono segnalati sulla pagina internet della fattoria (www.agnihotra-online.com). Voi siete benvenuti!

Per maggiori informazioni, vi consigliamo il libro "Agnihotra - Ursprung, Praxis und Anwendungen", pubblicato da Horst e Birgitt Heigl, www.homa-hof-shop.de > Agnihotra. Attualmente questo libro è leggibile solo in tedesco.

Noi vi auguriamo tanta gioia con l'Agnihotra!

Homa-Hof Heiligenberg, Centro per la promozione dell'Agnihotra



Verein für HOMA-Therapie e.V. - Associazione per la Homa-Therapia
Oberhaslach 6, 88633 Heiligenberg, Germania
Tel.: +49 7552-938760, Tel. Ufficio: +49 7552-938754,
Email: info@homa-hof-heiligenberg.de
Internet: www.agnihotra-online.com
Facebook: [agnihotra.homa.hof.heiligenberg](https://www.facebook.com/agnihotra.homa.hof.heiligenberg)

