

1° agosto 2019

Riempi la mente della luce del mantra

Cari lettori,

è piacevole conversare con voi ancora una volta, all'inizio di un nuovo mese del 2019. Nel sentiero Siddha Yoga, ogni mese dell'anno porta occasioni da celebrare, onorare e amare. Nel mese di agosto, ricordiamo due eventi propizi, che rivestono grande significato per i Siddha Yogi di tutto il mondo: il Punyatithi solare di Bhagavan Nityananda e il giorno del Divya Diksha di Baba Muktananda..

L'8 agosto celebriamo il Punyatithi solare di Bhagavan Nityananda, o Bade Baba, com'è affettuosamente chiamato. Il Punyatithi solare è l'anniversario del giorno in cui, nel 1961, Bade Baba completò il suo viaggio su questa terra e si unì per sempre alla Coscienza suprema. Le benedizioni di Bade Baba, che era nato Siddha, elevarono tutti coloro che avevano cercato rifugio nei suoi *charana kamal*, i suoi piedi di loto. Nell'illustre lignaggio del Siddha Yoga, Bade Baba è il Guru di Baba Muktananda, e Baba Muktananda è il Guru della nostra amata Gurumayi.

Il 15 agosto celebriamo il giorno storico del 1947 in cui Baba Muktananda ricevette *divya diksha* — l'iniziazione divina — da Bade Baba. Questo supremo risveglio pose Baba Muktananda sul sentiero della realizzazione del Sé. Con la grazia del suo Guru, Baba ji raggiunse la meta della sua *sadhana*. Divenne un essere libero, un Siddha, che risvegliò con *shaktipat diksha* la Kundalini Shakti dormiente di moltitudini di cercatori di tutto il mondo.

Avere il dono della vita umana e ricevere *shaktipat diksha* da un Guru Siddha è il destino dorato del cercatore spirituale. Piena di stupore perché è accaduto nella mia vita questo evento così raro – avere ricevuto *shaktipat diksha* da Shri Gurumayi – ogni tanto mi soffermo su questa domanda: “Quanto è importante per me avere ricevuto *shaktipat diksha* dal mio Guru?” Magari anche voi vi siete posti questa domanda, giusto?

Quale cercatrice spirituale, studentessa sul sentiero Siddha Yoga e discepola di Shri Gurumayi, vedo che contemplare questa domanda mette a fuoco quale benedizione sia stata aver avuto questo momento unico nella mia vita. Rafforza il mio impegno nel seguire gli insegnamenti del mio Guru, nel continuare con fervore la mia *sadhana* e nel realizzarne lo scopo.

In *Dolce sorpresa 2019*, Gurumayi ci ha dato molti modi per praticare e manifestare nella nostra vita il suo Messaggio. Desidero qui evidenziarne uno. Nel suo discorso, Gurumayi ci ha dato un mantra specifico e ha descritto la tecnica per ripeterlo. Ci ha detto che la pratica di questa tecnica di ripetizione del mantra connette la mente alla propria vera natura, alla propria luce. Vi ricordate quella parte del discorso? Se no, potete partecipare a *Dolce sorpresa 2019* ancora una volta per rinfrescarvi la memoria su questo profondo insegnamento.

Un mantra dato dal Guru è *chaitanya*, vivo; è infuso della shakti del Guru. La ripetizione di un tale mantra dispensa benedizioni divine e rende manifesto l'intento con cui viene ripetuto.

Quando pratico la tecnica di *mantra japa* che Gurumayi ha insegnato in *Dolce sorpresa 2019*, sento che la gioia danza in me, e che la quiete e la serenità mi avvolgono. Provo una connessione tangibile con il Sé, mentre la mia mente si bagna nel suo splendore. So, con assoluta certezza, che la mia mente si stabilisce nella sua vera natura.

Il mese di agosto porta altre occasioni di celebrazione.

Raksha Bandhan ricorre il 14 agosto negli Stati Uniti e il 15 agosto in India. Si celebra nel giorno di *pu rnima*, la luna piena, del mese di Shravana nel calendario lunare hindu. Nel sentiero Siddha Yoga, durante questo festival celebriamo il legame d'amore e di protezione tra il Guru e il discepolo.

Il 15 agosto, inoltre, è per l'India il Giorno dell'Indipendenza. Celebra quel giorno di 72 anni fa, nel 1947, in cui l'India divenne una nazione libera. Potenti forze di trasformazione esterna e interiore si allearono in quel giorno memorabile, quando Baba ricevette il sacro dono dell'iniziazione divina e l'India la sua libertà politica.

Krishna Janmashtami, la nascita del Signore Krishna, sarà celebrata il 23 agosto negli Stati Uniti e il 24 agosto in India. Alcuni modi in cui ogni anno i Siddha Yogi venerano Shri Krishna sono cantare il suo nome e recitare i mantra a lui dedicati.

In questo mese, il sito web del sentiero Siddha Yoga presenta una varietà di tesori da leggere, da ascoltare e con cui impegnarsi. Espone tutti i materiali con cui ci stiamo impegnando per sostenere il nostro studio del Messaggio di Gurumayi. Inoltre, questo mese troverete contenuti profondi in articoli, video, gallerie fotografiche e poesie, in onore dei sacri eventi Siddha Yoga che ho citato sopra. Voglio condividere con voi alcuni di questi speciali motivi di richiamo:

- **Un tempio senza forma**—una poesia di Gurumayi in onore di Bade Baba. Leggere questa poesia è di per sé una *dharana*, una tecnica di concentrazione.
- **Storie su Bhagavan Nityananda**—in forma di registrazioni audio.
- **Baba Muktananda – Darshan e Saggezza**. Imparate di più sugli insegnamenti di Baba ji e ricevete il suo sacro *darshan* con questa galleria di foto accompagnata da citazioni di Baba.
- **Gli insegnamenti di Baba Muktananda**—da leggere, studiare e assimilare.
- **Il desiderio di essere liberi**—un'esposizione di Ben Williams.
- **Fogli di esercizi 27-31** per il vostro costante impegno di studio del Messaggio di Gurumayi per il 2019.
- **VIII sessione di meditazione: *Il miracolo della mente***.

Mantra japa è una pratica Siddha Yoga in cui possiamo impegnarci ovunque e in qualsiasi momento. Durante il mese di agosto ho intenzione di concentrarmi nella

pratica di *japa* del mantra dato da Gurumayi in *Dolce sorpresa 2019*, usando la tecnica che ci ha insegnato. E incoraggio anche voi a farlo. Quando facciamo *japa*, colmiamo la nostra mente della luce della divinità.

Il grande santo poeta indiano del XVI secolo, Tulsidas, era un fervente devoto del Signore Rama. Il nome del Signore Rama era il mantra che ripeteva costantemente. Usando splendide immagini, in questo distico Tulsidas sottolinea l'importanza di *mantra japa*. Egli scrive:

Tulsidas dice: se desideri che la luce si diffonda sia all'interno che all'esterno, allora accendi la lampada a forma di gioiello del nome del Signore e mettila sulla lingua – la soglia della porta d'ingresso del tuo essere.¹

Con rispetto,

Garima Borwankar



© 2019 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ Traduzione inglese © 2019 SYDA Foundation.