

Sierpień, korzystny czas

Eesha Sardesai

Kiedy najlepiej jest praktykować *sadhanę*? Czyż nie słyszeliśmy, że poranek jest *najlepszą* porą? Jeśli tak, to czy mamy w sobie na tyle gotowości, by wstać o trzeciej nad ranem, gdy wokół panuje jeszcze mrok, i usiąść na swojej *asanie* do medytacji?

Czyż nie słyszeliśmy również, że najbardziej pomyślny czas na *sadhanę* przypada między świtem a wschodem słońca? Albo na porę pomiędzy zachodem a purpurowo-błękitnym zmierzchem, który po nim nastaje?

Czyż nie słyszeliśmy również o znaczeniu godziny dwunastej w południe, gdy słońce znajduje się w najwyższym punkcie nieba?

Jaka *jest* więc najbardziej sprzyjająca pora? Nie sposób się nad tym nie zastanawiać. I jak właściwie wykorzystać na *sadhanę* tę odrobinę czasu, którą dysponujemy każdego dnia?

Mam pomysł. *Błyskotliwy*, jeśli sama mogę tak powiedzieć. Uczynię to, co robię zawsze, gdy próbuję znaleźć odpowiedź na pytanie lub ustalić najlepszą drogę postępowania w danej sytuacji. Skorzystam ze wsparcia nauk Gurumayi! A zatem, nawiązując do kwestii, kiedy praktykować *sadhanę*, przypominam sobie — i być może Ty również to pamiętasz — że Gurumayi powiedziała, iż możemy praktykować *sadhanę* w *dowolnym* czasie. Każdy moment, który wybierzemy na praktykowanie *sadhany*, będzie dla nas tym najlepszym.

Czerpię wielką pociechę z tej mądrości Gurumayi, odbierając tę naukę jako wielkie udogodnienie. Pozwala mi lepiej docenić ponadczasową wartość *sadhany* Siddha Jogi. Nie musimy szukać skomplikowanych powodów ani dodatkowych zachęt, by oddawać się praktykom Siddha Jogi — nasza własna

ciekawość i gotowość do ich wykonywania w zupełności wystarczą. Nie musimy też czekać na żaden konkretny dzień czy wyznaczony okres w czasie. Nie musimy najpierw poukładać w życiu spraw X, Y czy Z zanim zaczniemy praktykę śpiewu, medytacji czy *japa mantry* [czyt. dżapamantry]. Możemy praktykować *sadhanę teraz*, w dowolnej chwili, którą uznamy za swoje „teraz”.

Tym niemniej *istnieją* pory, które mają szczególne znaczenie na ścieżce Siddha Jogi. Dni ważne z punktu widzenia historii naszej ścieżki albo te, wyznaczone przez święta i szczególne okazje. Niekoniecznie oznacza to „lepszy” czas na praktykowanie *sadhany*, raczej daje nam szansę na kolektywne skupienie uwagi na wspólnym celu. A połączenie tej dzielonej z innymi intencji z wyjątkowością danej chwili nasycza ten czas niepowtarzalną energią, niezwykłą mocą i żywiołowością.

Sierpień 2026 roku to właśnie jeden z takich okresów. W tym miesiącu będziemy obchodzić aż trzy święta. Pierwszym z nich jest Punyatithi Bhagavana Nityanandy, które będziemy świętować zarówno według kalendarza księżycowego, jak i słonecznego. Słoneczne *punyatithi* Bade Baby przypada na 8 sierpnia, podczas gdy *punyatithi* księżycowe wypada następnego dnia, 9 sierpnia. W niemal tydzień później, 15 sierpnia, będziemy obchodzić Divya Dikszę Baby Muktanandy. Dopełnieniem tego miesiąca w dniu 27 sierpnia jest Raksza Bandhan.

Każde z tych świąt niesie ze sobą odmienną historię i ma swój własny, niepowtarzalny charakter. W dzień Punyatithi Bhagavana Nityanandy — rocznicę dnia, w którym Bade Baba opuścił swoje ciało i ostatnia fizyczna bariera dzieląca go od najwyższej Świadomości przestała istnieć — uświadamiamy sobie, że jego błogosławieństwa są wiecznie żywe. Z kolei Divya Diksha Baby Muktanandy upamiętnia dzień, w którym Bhagavan Nityananda przekazał Babie inicjację *śaktipatu*, co dało początek utworzeniu przez Babę ścieżki Siddha Jogi. Z tą datą nierozzerwalnie związane są nasze własne, osobiste podróże w *sadhanie*.

Tymczasem Raksza Bandhan jest świętem obchodzonym w całych Indiach. Historycznie, a nawet w pismach świętych, istnieje wiele przekazów o *rakhi* — bransoletkach wykonanych z nici — wymienianych między ludźmi (a nawet grupami ludzi czy królestwami) na znak wzajemnego szacunku i zobowiązań ochrony. Współcześnie w Indiach najpopularniejszym zwyczajem jest wymiana *rakhi* pomiędzy rodzeństwem jako wyraz łączącej ich więzi. Na ścieżce Siddha Jogi święto Raksza Bandhan zyskało jednak bardzo specyficzne znaczenie. Relacja, którą celebруем tego dnia, to głęboka więź łącząca Guru i ucznia.

Święta te stanowią same w sobie odrębne światy, a jednak daje się dostrzec łączącą je wspólną myśl — motyw przewodni, który może towarzyszyć nam przez cały sierpień i który możemy bardziej zgłębiać z każdą kolejną okazją. W moim wprowadzeniu do miesiąca lipca na stronie internetowej ścieżki Siddha Jogi wyjaśniłam, że jedną z kluczowych praktyk w tym miesiącu była *guru-dakszina*. Gurumayi poprosiła mnie o przekazanie wam, że tematem naszego skupienia w tym miesiącu będą praktyki medytacji i *japa mantry*.

Przedmiot naszej uwagi naturalnie spójny jest z tym, z czym zaczęliśmy kojarzyć sierpień na ścieżce Siddha Jogi. W sierpniu 2000 roku Gurumayi podała instrukcje do zorganizowania Muktananda Dhyana Saptahu — całodniowego medytacyjnego *saptahu*, tym sposobem zapoczątkowując program, który od tamtej pory odbywa się w aśramach i ośrodkach medytacyjnych Siddha Jogi na całym świecie. Pierwszy w historii Muktananda Dhyana Saptah odbył się w Shree Muktananda Ashram właśnie w dniu Divya Dikszu Baby we wspomnianym 2000 roku. Dhyana Saptah, który stał się wydarzeniem dydaktyczno-edukacyjnym niezwykle cenionym przez siddhajoginów, czasem nauczania i uczenia się, obejmuje liczne sesje medytacji oraz śpiewu mantry.

Jak nazwa i historia tego wydarzenia jasno pokazują, Gurumayi zainicjowała Muktananda Dhyana Saptah, żeby uczcić Divya Dikszę Baby. Jednak duch

medytacji oraz *mantra japy* przenika cały sierpień. Na swój sposób każde ze świąt przypadających w tym miesiącu w naturalny sposób nawiązuje do tych praktyk.

Weźmy na przykład Punyatithi Bade Baby. Zawsze lubiłam czytać opowieści o Bade Babie — historyjki o jego interakcjach z czcicielami, przekazywanych im naukach, o jego dźwięcznym „hmmm” wypowiedzianym w odpowiedzi, a także wspomnienia o jego śmiechu albo energicznym sposobie poruszania się po terenie aśramie i wokół niego. W tych opisach kryje się taka witalność, żywość, iskrząca się blaskiem energia, które łączę z moimi własnymi doświadczeniami z pobytu w Świątyni Bade Baby w Shree Muktananda Ashram. A ponieważ Świątynia jest miejscem kultu i praktyk Siddha Jogi takich jak medytacja, ta energia stała się dla mnie tożsama z energią medytacji równie mocno jak, przykładowo, głęboki wewnętrzny spokój czy wszechogarniająca cisza.

Dwa pozostałe święta sierpnia, Divya Diksza Baby oraz Raksza Bandhan, również odnoszą się w sposób zarówno subtelny, jak i jawny do medytacji i praktyki *mantra japy*. Ilustruje to historia Divya Dikszu Baby. Baba otrzymał inicjację *śaktipatu*, gdy Bade Baba przekazał mu matkę *Om Namah Śivaya*. Baba pisał później o *mantra japie*, że to „istna dusza, istna prana medytacji”¹, środek wiodący do medytacji i jednocześnie to, czego *w niej* doświadczamy. Mantra, którą powtarzamy na zewnątrz, staje się słyszalna w naszym wnętrzu.

Jak widać, wciąż wiele przed nami do odkrycia, zarówno w kwestii samych świąt, jak i wykorzystania ich jako okazji do wzmocnienia naszej praktyki Siddha Jogi. A przecież nie dotknęłam jeszcze nawet tematu Raksza Bandhan! Na szczęście mamy cały miesiąc na eksplorację. W nadchodzących tygodniach przybliżę wam nieco bardziej temat medytacji i mantry w odniesieniu do naszych obchodów Punyatithi Bhagavana Nityanandy, Divya Dikszu Baby Muktanandy oraz Raksza Bandhan.

¹*Satsang with Baba*, Vol. 2 (Oakland, CA: SYDA Foundation, 1976), s. 142.

W ramach utrzymywania tego skupienia uwagi przez cały miesiąc, zapraszam was do zauważania i odnotowywania w pamięci swoich wglądów w zrozumienie i doświadczeń — oraz, oczywiście, do zapisywania przemyśleń i przesyłania ich na stronę internetową ścieżki Siddha Jogi. Każdy czas na ścieżce Siddha Jogi może być dobry, a sierpień zapowiada się szczególnie obiecująco. Wnosząc tę odrobinę dodatkowej uważności do naszej *sadhany* — tę dodaną świadomość siebie i chęć dzielenia się swoimi wnioskami z innymi — dane nam będzie, jestem o tym przekonana, jak najlepiej wykorzystać ten sprzyjający czas. Mamy możliwość utrzymać i zrealizować intencję, by ten miesiąc stał się najbardziej jak dotychczas znaczącym miesiącem naszej *sadhany* Siddha Jogi w 2026 roku.



© 2026 SYDA Foundation®. Wszelkie prawa zastrzeżone.