

Introduzione al mese di febbraio

1° febbraio 2021

Caro lettore,

benvenuto nel mese di febbraio sul sentiero Siddha Yoga.

Una delle feste che si celebrano questo mese è il giorno di San Valentino. Sul sentiero Siddha Yoga il giorno di San Valentino è un'opportunità per riflettere sugli insegnamenti che Gurumayi Chidvilasananda e Baba Muktananda ci hanno dato sull'amore, e su ciò che abbiamo imparato mettendo in pratica questi insegnamenti nella nostra vita.

All'inizio del mio matrimonio con mia moglie Achala ho avuto una esperienza potente riflettendo e mettendo in pratica un insegnamento di Gurumayi sull'amore in azione. Durante il *darshan* molti anni fa, mi stavo inchinando a Gurumayi quando l'ho sentita dirmi: "Ti stai prendendo cura di tua moglie?" Questo mi sorprese molto, e pensando di mostrare quanto fosse forte Achala, sbottai: "No, Gurumayi, Achala si prende cura di se stessa!" Questa ovviamente non era una bella risposta e Gurumayi chiese di nuovo: "Ti stai prendendo cura di tua moglie?" Ho quindi afferrato la risposta successiva che mi è venuta in mente, sperando che potesse mostrare la mia fede: "Gurumayi, Dio si sta prendendo cura di Achala". Gurumayi continuò a guardarmi intensamente e disse ancora una volta: "Ti stai prendendo cura di tua moglie?" Forse sono lento, ma stavo iniziando a cogliere il punto. Dissi: "Ci proverò, Gurumayi", e dopo essermi inchinato tornai al mio posto, riflettendo sulle sue parole.

Iniziai a rendermi conto che spesso badavo alle mie esigenze come se fossi un compagno di stanza piuttosto che un marito, e compresi che era giunto il momento di cambiare. Iniziai a contemplare cosa significasse prendersi veramente cura di Achala, e iniziai a comprendere che si trattava di tutto, dal preparare una zuppa al sostenerla nella sua vita lavorativa molto impegnata. Divenni maggiormente consapevole dei suoi interessi e delle sue preoccupazioni e cercai di essere veramente lì per lei nelle sfide e nelle gioie della sua vita.

Con il passare del tempo, iniziò a risvegliarsi qualcosa che non avevo mai provato in vita mia: il mistero di connettermi profondamente con il cuore e con la mente con l'amica e la partner amata, e il senso di essere, individui e "noi" allo stesso tempo.

Con il tempo e la riflessione, ponendo la risposta alla domanda di Gurumayi come punto centrale nel nostro matrimonio, io e Achala abbiamo notato come questo stesse creando un'esperienza molto più profonda di amore fra noi.

Ovunque ci troviamo in questo mondo bellissimo e complesso, contemplare gli insegnamenti di Gurumayi e impegnarci regolarmente con le pratiche Siddha Yoga può sostenere profondamente ognuno di noi. Quando mettiamo in pratica gli insegnamenti di Gurumayi, le nostre azioni trasmettono amore agli altri in modi pratici e sinceri. Connettendoci con l'amore che è al centro del nostro essere e portandolo nelle nostre azioni, contribuiamo a rendere l'amore manifesto in questo mondo.

Oltre al giorno di San Valentino, il mese di febbraio ci offre l'opportunità di conoscere e celebrare due feste indiane importanti e di dare il benvenuto al capodanno cinese.

Ganesh Jayanti: 15 febbraio

Il Signore Ganesh, il dio dalla testa di elefante, è una divinità amata in tutta l'India: è il Signore dei nuovi inizi, il che è importante in un mese in cui celebriamo altri due nuovi inizi oltre al suo compleanno. Ganesh è conosciuto anche come colui che rimuove gli ostacoli, e l'incarnazione della forza e della saggezza. Con la mano sollevata nel gesto dell'*abhaya mudra*, il Signore Ganesh dona calma ai suoi devoti e dissipa le loro paure. Per prepararvi a Ganesh Jayanti, la celebrazione del suo compleanno, potete leggere e contemplare le storie, i canti, gli inni e le immagini di Shri Ganesh sul sito web del sentiero Siddha Yoga.

Vasant Panchami: 16 febbraio

Durante la festa di Vasant Panchami che celebra l'arrivo della primavera in India, le persone onorano e venerano la dea Sarasvati. È la divinità associata all'apprendimento,

alla musica, al linguaggio e alle arti. Il sito web del sentiero Siddha Yoga vi offre diversi modi per arricchire la conoscenza di Mahasarasvati, e per invocare le sue benedizioni.

Capodanno cinese

Nel calendario cinese, questo è l'anno del Bue, che inizia il 12 febbraio e terminerà il 31 gennaio 2022. In molti paesi nel mondo, le persone riconoscono e onorano le molteplici nobili qualità degli animali, domestici e selvatici, che sono parte delle loro vite. Un modo in cui i cinesi celebrano gli animali nella propria vita, e la saggezza che incarnano, è dando il nome di un animale a ogni anno di un ciclo di nomi di dodici anni. Si crede che le persone nate in un determinato anno incarnino le grandi qualità dell'animale da cui l'anno prende il nome. Quest'anno, per esempio, è l'anno del Bue. I nati nell'anno del Bue sono noti per la loro pazienza, onestà, natura positiva e una forte etica del lavoro, e sono rispettati particolarmente per la loro perseveranza nel portare a termine i progetti.

Durante questo mese vi invito a fermarvi e riflettere sull'amore che è stato risvegliato nel vostro essere e su come la vostra vita sia stata trasformata dal vostro studio e dall'attuazione degli insegnamenti di Gurumayi. Quali storie condivideresti con qualcuno? Quali scoperte interiori vorresti celebrare? Quale amore riconosceresti nelle tue azioni, nei pensieri e nelle parole? E, avendo riflettuto in questo modo, come potresti vedere ulteriori opportunità per esprimere questo amore?

Vi auguro un mese di febbraio gioioso, sicuro e pieno di soddisfazioni!

Cordiali saluti,
Paul Hawkwood

