

La luce all'interno è la luce all'esterno

1° luglio 2025

Cari lettori,

Shubh mese di Gurupurnima.

Tra i tanti doni che il tempo elargisce, c'è sicuramente il fatto che dopo giugno arriva luglio. Questa è almeno la mia conclusione, mentre ci avviciniamo al culmine dei mesi estivi qui all'Ashram Shree Muktananda. Abbiamo appena concluso la celebrazione del mese del compleanno di Gurumayi. Abbiamo studiato e praticato le *sadguna*, le virtù. Abbiamo augurato la pace con i soffioni, reali e immaginati con la fantasia. Abbiamo contemplato cosa significa mostrare *spashtatā*, chiarezza, nei nostri pensieri, parole e azioni.

Adoro festeggiare la mia Guru. Se dipendesse da me, probabilmente farei proseguire i festeggiamenti anche per il mese prossimo, e quello seguente, e quello seguente ancora. In un certo senso però, il mio desiderio è esaudito. Poiché dopo giugno arriva luglio, e a luglio (o più precisamente nel mese lunare di *Ashadha* del calendario indiano, che spesso corrisponde a luglio) celebriamo Gurupurnima.

Quest'anno Gurupurnima cade il 10 luglio. Quello è il giorno in cui la luna diventa piena, e la sua perfezione, interezza e luminosità sono l'emblema della relazione tra Guru e discepolo. Uno dei motivi per cui sono stata sempre attratta da Gurupurnima, celebrazione che ha origini nell'antica India, è che sono stati dei discepoli a darle inizio. È dall'amore dei discepoli per il Guru, dal riconoscimento di ciò che il Guru aveva dato loro, e dalla gratitudine per quelle benedizioni, che è nata questa celebrazione annuale del Guru.

A distanza di molti millenni, mentre ci prepariamo a celebrare Gurupurnima sul sentiero Siddha Yoga, mi trovo a riflettere su cosa significhi essere un discepolo ai giorni nostri. Naturalmente, così come la conoscenza impartita dal Guru è eterna, anche l'essenza del rapporto Guru-discepolo è immutabile. Inoltre, non c'è nulla di nuovo nel fatto che la vita in questo mondo sia impegnativa. I "giorni felici del tempo che fu" che a volte ci piace evocare, di dieci, venti o cinquant'anni fa, erano probabilmente più difficili e confusi di quanto tendiamo a ricordare. Dopotutto, la natura degli esseri umani è sempre stata la stessa: fatta di un'incredibile capacità di fare del bene e della contrastante predisposizione alla distrazione.

La particolarità dell'epoca in cui viviamo è che i mezzi con cui possiamo distrarci sono cresciuti sia in numero che in complessità. La nostra attenzione si disperde in molti modi, o almeno si disperde più facilmente. E questo disperdersi dell'attenzione collettiva si presta alla divisione, persino alla discordia. Può essere difficile essere uniti quando ognuno dice cose diverse, sente cose diverse, afferma di volere cose diverse.

In questo contesto, mi sento pienamente consapevole – e sono sicura che anche molti di voi lo sono – del privilegio e della responsabilità che abbiamo nel seguire il sentiero indicato da Shri Guru. E mi sento così profondamente grata di *avere* un Guru – del fatto che, grazie a una combinazione di destino e buon karma, e alla lungimiranza della mia famiglia nel seguire il sentiero Siddha Yoga, sono stata portata qui, ai piedi della mia Guru.

In quest'anno 2025, Gurumayi ci ha dato il Messaggio: *Fa' che il tuo tempo abbia il valore che merita*. Riflettendo su cosa significhi incarnare l'essere discepola, e su come onorare al meglio la mia Guru durante il mese di Gurupurnima, mi sento risoluta a mettere in pratica ciò che Gurumayi mi ha dato. Voglio nutrire la *shakti* che Gurumayi ha risvegliato in me – mettendo in pratica il suo Messaggio.

Un modo in cui intendo farlo è tornando a vedere *Shri Guru Vachan*, gli insegnamenti di Gurumayi del mese di Gurupurnima di un paio di anni fa.

Shri Guru Vachan comprende nove insegnamenti di Gurumayi, ognuno dei quali indica un'azione specifica che possiamo compiere per usare al meglio il nostro tempo. Come per tutte le pratiche che facciamo sul sentiero Siddha Yoga, gli effetti sono cumulativi e universali. Cambiare e migliorare il nostro rapporto con il tempo provoca un cambiamento corrispondente nelle nostre relazioni con le persone e con il mondo che ci circonda. Noi percepiamo una differenza e anche gli altri la possono sentire.

Quando rifletto su Gurupurnima e sulla sua importanza per me come Siddha Yogi, c'è un punto in cui la mia mente sembra inciampare su sé stessa. Il pensiero e il linguaggio si dissolvono nel fiorire di un'emozione, simile a un sentimento ma molto di più di questo. È amore. È stupore. È gratitudine. È un meraviglioso amalgama di tutte queste cose.

Un aspetto dell'essere discepoli è dare espressione a questo sentimento. Non siete d'accordo? E non perché sia una pratica prescritta; non perché sia saggio farlo; ma perché è l'impulso del cuore. Questo soffio d'amore, di devozione, richiede una destinazione.

Ho già scritto in passato della mia fascinazione per l'insegnamento del Siddha Yoga secondo cui Dio, il Guru e il Sé sono una cosa sola. È un insegnamento a cui penso spesso nel periodo di Gurupurnima, la festa dedicata a onorare il Guru e la *Guru-shakti*. Da un lato, non riesco a credere di essere tanto fortunata da ricevere il *darshan* e gli insegnamenti di un Sadguru; questo per me sarà sempre sorprendente. D'altro lato, è la cosa più naturale del mondo! Tantissime volte sento la presenza di Gurumayi vicina a me come il mio stesso cuore.

Eppure, benché quegli scorci di unione siano meravigliosi, mi ritrovo con quanto dicevano i grandi santi poeti dell'India, come Tukaram Maharaj. Anche dopo aver raggiunto l'illuminazione, quei santi pregavano la loro divinità preferita e chiedevano di mantenere un certo senso di separazione.

Desideravano poter continuare ad adorare il loro Signore; volevano mantenere la dinamica del discepolato.

Perciò, alla domanda che ho posto nella lettera – che cosa significhi essere discepolo e quale sia il modo migliore di onorare il Guru durante Gurupurnima – ci sono molte risposte. Ho parlato dell’attuare gli insegnamenti del Guru, e del fatto che questo è un riconoscimento diretto del valore che attribuiamo alle sue parole. Inoltre, possiamo praticare *Guru-puja*, l’adorazione del Guru. Possiamo dedicare del tempo a cantare il nome del Guru, a meditare sul Guru, a scrivere le nostre esperienze di *darshan* del Guru. E possiamo fare ciò che, sono sicura, molti di voi hanno già iniziato a pianificare: partecipare alla pratica di *Guru-dakshina*.

Nel mese di Gurupurnima, rendiamo omaggio ai tre Guru del lignaggio Siddha Yoga: Gurumayi, Baba Muktananda (che fu il Guru di Gurumayi) e Bhagavan Nityananda (che fu il Guru di Baba). Sembra quindi appropriato – sembra giusto – che il 21 luglio si celebri un’altra occasione propizia che onora il Guru: il Punyatithi lunare di Bhagavan Nityananda.

Il *punyatithi* di Bade Baba è il giorno in cui egli ha lasciato il corpo fisico per fondersi con la Coscienza di cui è fatto questo mondo. In questa occasione ci viene ricordato che, sebbene in un certo senso Bade Baba abbia lasciato il mondo, egli è anche vividamente presente. La sua grazia è percepibile nelle molecole stesse dell’atmosfera.

La fase lunare del Punyatithi sarà una falce di luna calante, una scheggia di luce come quella che è detto si trovi tra i capelli del Signore Shiva. Trovo che questo sia splendidamente simbolico. La luna piena, di cui avremo ricevuto il *darshan* all’inizio del mese, sarà ancora lì, dietro il suo manto nero e vellutato. Forse non riusciremo a vederla tutta, ma potremo ancora osservare la sua luce.

Dio, il Guru e il Sé sono uno. La luce all’interno è la luce all’esterno. Non c’è

separazione, anche se a volte sembra, e anche se questa separazione ci *piace*, perché può consentire un'espressione più piena della nostra devozione. È una prospettiva sconcertante, non è vero? È una filosofia mistica. Ed è anche la verità alla quale ritorniamo, con ogni festività che celebriamo sul sentiero Siddha Yoga, con ogni nuova opportunità di ricordare e sperimentare Dio.

Cordiali saluti,

Eesha Sardesai



© 2025 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.