

# La natura nell' Ashram Shree Muktananda

## di Pamela Roberts

Le scritture dell'India descrivono spesso l'ashram di un Maestro spirituale fiorente di giardini dai colori accesi, ricco di fauna selvatica e dell'incantevole bellezza della natura. Sembra che tutta la vita celebri al suo interno la presenza di un grande essere. Come mai è così? Le scritture rivelano che i terreni di un ashram sono infusi della presenza della *shakti* del Guru, il benevolo, divino potere della grazia e del risveglio spirituale che è benefico per tutte le creature.

Le fotografie della natura di questa serie provengono tutte dall' Ashram Shree Muktananda, la dimora di Gurumayi Chidvilasananda, il Guru del Siddha Yoga. Mese dopo mese, anno dopo anno, ci viene data l'opportunità di assistere al movimento della *shakti* che continuamente sorge e fluisce nelle stagioni, manifestandosi come il maestoso mondo naturale di infinita varietà, perfezione e mistero. Assorbendoci in queste immagini, possiamo scoprire il potere trasformante che possono avere sul nostro stato interiore e sulla nostra consapevolezza.

Quando ho guardato queste fotografie per la prima volta, ho sentito muoversi dentro di me un'energia dolce e gioiosa. Dopo aver ammirato l'ultima immagine, sono rimasta seduta immobile, in silenzio e in uno stato di profonda pace. Gradualmente, è emerso un pensiero, e mi sono resa conto che ero stata in meditazione. Ho sempre amato la natura, ma stare con la natura non mi aveva mai attirata all'interno in questo modo.

Contemplando questa esperienza, ho capito che mi ero connessa con la *shakti* che pervade i terreni dell' Ashram Shree Muktananda. Ho compreso che queste fotografie mi hanno offerto una via per sperimentare lo spettacolo dell'energia creativa suprema che si manifesta nella natura. Ispirata da questa comprensione, ho iniziato un'esplorazione regolare del mondo naturale attraverso la straordinaria purezza e prospettiva di queste immagini.

Ognuna di queste fotografie può portarci all'interno, dove possiamo sperimentare la nostra unità con la natura — e la nostra divinità. Ogni volta che ci prepariamo a

guardare le fotografie, è bene stabilire un'intenzione — per esempio, l'intenzione di connetterci con la *shakti*. Mentre ci concentriamo, la nostra attitudine potrebbe essere quella di entrare in un tempio, il sacro tempio della natura. Prima di guardare le fotografie, possiamo iniziare la nostra meditazione portando l'attenzione al respiro e ripetendo il mantra. Poi, quando clicchiamo “play” o scorriamo una ad una le immagini, possiamo coordinare il respiro e il mantra con il movimento della natura davanti a noi. Quando siamo attratti da un'immagine specifica, possiamo mettere in pausa l'immagine per contemplarla, chiedendoci: “Cosa posso imparare da questa fotografia che posso applicare nella mia vita?”. In questo modo, ci impegniamo con le immagini come pratica spirituale.

Guardando regolarmente le fotografie, possiamo osservare l'armonia e l'equilibrio che sostengono il mondo naturale. E poiché siamo una parte intrinseca della natura, possiamo contemplare come la nostra vita può trarre beneficio dal suo esempio impareggiabile. Col tempo, imparando ad immergerci nella divinità della natura attraverso le immagini dell'Ashram Shree Muktananda, possiamo trasformare la nostra esperienza della natura ovunque viviamo e ovunque andiamo su questo pianeta.

