

Segni di Baba

1° ottobre 2020

Cari lettori,

ogni anno, per tutto il mese di ottobre, Gurumayi ci incoraggia a prestare attenzione ai segni di Baba, mentre celebriamo il suo *mahasamadhi*, il momento in cui ha lasciato questo mondo e si è unito completamente con il Sé divino. Quale potrebbe essere un segno di Baba? Con un po' d'impegno e attenzione, possiamo sperimentare che il mondo *trabocca* di segni di Baba! Se ci dedichiamo ad accogliere questa opportunità, la grazia di Baba può manifestarsi in una tale abbondanza di modi che possiamo vedere segni di Baba ogni giorno. In questo modo, possiamo prendere coscienza di colui che è diventato uno con l'Infinito e che al tempo stesso rende palpabile la sua presenza e il suo amore nella nostra vita. Ecco una poesia che ho scritto per approfondire la mia comprensione e l'esperienza di questo paradosso divino:

Ora rallentiamo, e
facciamo spazio alla luce, al
cuore, alla vibrante
quiete che c'è in tutto.

Colui che adoriamo è all'interno.
Colui che adoriamo è all'esterno.
Dove vogliamo andare?

L'invito di Gurumayi a prendere coscienza dei segni di Baba ci offre una sfida meravigliosa: vedere il nostro mondo quotidiano con occhi nuovi e riconoscere il Sé radioso in tutto ciò che incontriamo. Durante il mese di ottobre — che nel sentiero Siddha Yoga è considerato il mese di Baba — potreste portare con voi un piccolo taccuino dove annotare tutti i segni di Baba che sperimentate. Non vedo l'ora di farlo anch'io e di scattare fotografie dei momenti di bellezza e di luce che vedrò in questo periodo.

Baba prese *mahasamadhi* il 2 ottobre 1982, un giorno di luna piena, e quindi ogni anno, questo anniversario viene celebrato il 2 ottobre secondo il calendario solare (occidentale) e nel giorno di luna piena secondo il calendario lunare (indiano). Nel 2020, onoreremo il Mahasamadhi lunare di Baba il 31 ottobre, in cui la luna non è solo piena ma è anche una “luna blu”: la seconda luna piena in questo mese del calendario occidentale. In Occidente, l'espressione “*once in a blue moon*” si riferisce a qualcosa di prezioso, che accade molto raramente, e certamente evoca la vita e la grazia di una grande anima come Baba.

È difficile per me anche solo immaginare il merito spirituale che è associato al vivere come fece Baba - e come fa Gurumayi – in un'esperienza ininterrotta di consapevolezza di Dio e con il solo scopo di portare gli altri a quello stesso stato elevato. Eppure, secondo la tradizione indiana, una parte di questo merito spirituale è concesso a coloro che onorano le grandi anime in ogni anniversario del loro *mahasamadhi*. Siamo quindi incoraggiati a ricordare Baba in questo santo giorno.

Durante il mese del Mahasamadhi di Baba Muktananda, ognuno di noi può scegliere come ricordare Baba. Quest'anno come volete portare Baba all'attenzione della vostra mente? Leggendo i racconti dei Siddha Yogi che descrivono le loro esperienze del Mahasamadhi di Baba? Esplorando la pratica di Guru-puja? Scattando fotografie della luna crescente per il sito web del sentiero Siddha Yoga? Cantando il nome di Baba con *Om Namō Bhagavate Muktanandaya* in uno dei suoi molti *raga*?

Dopo aver letto del *mahasamadhi* di Baba sul sito, mi sono sentito ispirato ad andare mentalmente in pellegrinaggio al tempio del suo Samadhi al Gurudev Siddha Peeth. Avevo il desiderio sincero di sentire Baba, che non ho incontrato quando era vivo, e volevo essere in sua presenza. Mi sono seduto a meditare e, nella mia mente, ho varcato il cancello a forma di loto del Gurudev Siddha Peeth e sono andato prima nel cortile, dove mi sono inchinato di fronte alla sedia di Gurumayi. Sono rimasto lì per qualche minuto, rapito dalla quiete della presenza del mio Guru. Poi sono andato al tempio del Samadhi, figurandomi che sarei entrato e avrei trovato i sandali di Baba su un piedestallo di fronte alla solenne tomba di marmo in cui egli riposa. Invece, trovai

Baba, lì in piedi come se mi stesse aspettando. Mi sorrise in modo gioioso e amorevole e poi mi abbracciò. Qualcosa si sciolse nel mio cuore e sentii sorgere un profondo senso di pace e di amore. È stato straordinario e al tempo stesso molto semplice. Ho avuto la sensazione che Baba è sempre stato con me, a proteggermi e guidarmi, e che posso *stare con Baba* ogni volta che il mio cuore mi attira a lui. Questa presenza costante nel cuore dei loro studenti è un dono della grazia conferita dai Guru del Siddha Yoga.

Vi siete mai chiesti cosa *sia* la grazia?

In questo periodo in cui il mondo sta vivendo sfide straordinarie, ho contemplato molto sulla grazia, su cosa essa sia e come influisca sulla nostra vita. Nel senso più trascendente, il sacro potere della grazia ci risveglia alla divinità che è la nostra vera essenza e trasforma il nostro senso di piccolezza nella consapevolezza della luce e della bellezza all'interno del nostro essere, nel mondo e nelle persone che ci circondano. Che meraviglia! Attraverso *shaktipat diksha* - il risveglio della sacra energia Kundalini dentro di noi - il Guru ci mette sul sentiero che ci porta a diventare sempre più consapevoli che la luce di Dio è la *nostra* stessa luce.

La grazia può manifestarsi nella nostra vita anche con semplicità, in modi assolutamente personali e stravaganti: una roccia a forma di cuore, un volto amichevole al momento giusto o una nuvola con la forma di una piuma di pavone. Come ho detto, in tutto questo mese potrete divertirvi a tener d'occhio i segni di Baba: nella natura, nelle altre persone e nella bellezza dei miracoli, sia grandi che piccoli, che pervadono la nostra vita. Queste sono tutte manifestazioni della grazia divina.

Una bella manifestazione di grazia che vorrei segnalarvi è la pagina del sito web del sentiero Siddha Yoga intitolata " *Divya Sukta—Colori della Grazia*", in cui Gurumayi presenta una raccolta di insegnamenti concisi, alcuni brevi, alcuni di una sola parola. Ognuno è presentato in modo artistico su una bella fotografia della natura. Forse potreste sentirvi ispirati, come sono stato io, a scegliere un insegnamento che vi colpisce particolarmente, e mantenere quella pagina aperta sul vostro browser per poter rivisitare la sua bellezza e saggezza durante la giornata.

Ottobre è anche un ottimo momento per assimilare le nostre riflessioni sul Messaggio di Gurumayi e per adorare la grande Dea.

Riflessioni sul messaggio di Gurumayi

Uno degli aspetti più importanti della pratica Siddha Yoga consiste nello studiare, contemplare, e applicare gli insegnamenti dei Guru nella nostra vita quotidiana. Nelle Riflessioni sul Messaggio di Gurumayi, gli studenti di Siddha Yoga condividono le loro esperienze del contemplare e attuare un insegnamento di *Dolce Sorpresa*. Per il 2020, queste riflessioni hanno iniziato ad apparire in settembre. Ognuna è un gioiello; ognuna è un'ispirazione che possiamo applicare nella nostra *sadhana* e alle circostanze della nostra vita. Ve ne saranno altre in ottobre.

Navaratri e Dasera: 17-24 ottobre (in India, 17-25) e 25 ottobre

Navaratri, "le nove notti", è una celebrazione tradizionale indiana in onore della Devi, la Dea amata e Madre di tutti. Nella sua essenza di suprema Shakti, si manifesta come la Dea in una moltitudine di forme per proteggere ed elevare il mondo.

In India, Navaratri nel 2020 sarà celebrato tra il 17 e il 25 ottobre. Nel sentiero Siddha Yoga è tradizione onorare le tre forme della Dea, ognuna per tre notti: prima Mahadurga, poi Mahalakshmi e infine Mahasarasvati. In Occidente, la celebrazione quest'anno sarà dal 17 al 24 ottobre, portando a otto le tradizionali nove notti. Questo accade in alcuni anni perché, a causa del ciclo lunare, due notti propizie cadono nella stessa notte. Per ciò, all'Ashram Shree Muktananda quest'anno le prime due notti saranno in onore di Mahadurga. In queste due notti verranno eseguite tutte le *puja* appropriate.

Sia in India che in Occidente, il 25 ottobre è Dasera, conosciuto anche come Vijayadashami, "il decimo giorno" e "il giorno della vittoria". In India questo giorno è celebrato come uno dei tre giorni e mezzo più propizi dell'anno. I testi sacri raccontano che fu in questo giorno glorioso - anche se in anni diversi e persino in yuga diversi - che la Dea sconfisse il demone Mahisha (*Devi Mahatmya*), il Signore Rama sconfisse Ravana dalle dieci teste (*Ramayana*) e i principi Pandava tornarono a casa dopo tredici

anni di esilio (*Mahabharata*). D'ora segna quindi la vittoria della luce sull'oscurità in molte forme.

Sessioni di studio *Svadhyaya*

Come forse saprete, le sessioni di studio *Svadhyaya* si svolgono settimanalmente, al sabato, nella Sala Universale del Siddha Yoga, trasmesse in diretta video. La traduzione letterale del termine Sanscrito *svadhyaya* è "studio di sé" e - come Swami Akhandananda, il direttore delle sessioni di studio, ha sottolineato nella sua esposizione introduttiva "Che cos'è *Svadhyaya*" - è anche "studio del Sé". *Svadhyaya* si riferisce alla pratica rispettata da secoli di recitare i testi sacri. In queste sessioni di studio riceviamo istruzioni specifiche su come recitare la *Shri Guru Gita* in modo che la nostra pratica cosciente di *svadhyaya* possa essere ancora più efficace nel portarci alla comprensione e all'esperienza del Sé divino.

Nella prima sessione, Swami Akhandananda ha parlato del più importante significato di *Svadhyaya* e ha introdotto l'argomento d'attenzione specifico di quella settimana: un'introduzione alle molte opportunità di studio che si trovano sul sito web del sentiero Siddha Yoga. Nella Sessione di Studio *Svadhyaya* II, Swami ji ha dato istruzioni dettagliate sulla corretta *asana*, la "postura" da adottare per la recitazione, seduti sul pavimento o su una sedia. Ci ha poi guidati a scrivere le nostre affermazioni personali per la pratica spirituale assieme alle eterne dichiarazioni di identificazione con il Divino date dai saggi vedici dell'antica India. Mentre nell'emisfero settentrionale ci addentriamo nei mesi "bre", *ottobre*, *novembre* e *dicembre*, e alcuni di noi pensano a questi come a mesi "brrrr", stiamo entrando in un periodo stimolante e innovativo per lo studio Siddha Yoga.

Secondo me, uno dei più grandi lasciti della vita di Baba è l'insegnamento espresso nelle sue parole riportate sopra l'ingresso dell'Ashram Shree Muktananda: *Dio dimora dentro di te come te*. Recentemente, un'amica che era in visita da noi, raccontava la sua esperienza quando arrivò all'Ashram più di vent'anni fa. Diceva che quando vide le parole di Baba sull'arco sopra l'ingresso dell'Ashram, fu inondata da una cascata di

gioia, che le portò l'assoluta convinzione che Dio abita *davvero* dentro di lei, come lei. Questa signora è una neuroscienziata, una studiosa del cervello, e presta grande attenzione a ciò che accade nella sua testa. Fu colpita da come l'insegnamento di Baba spazzò via il suo senso ben radicato di essere una peccatrice e lo sostituì con un immenso sentimento di pace e di completezza.

Sebbene sia impossibile contare il numero di persone le cui vite sono state verosimilmente toccate dalla grazia e dagli insegnamenti di Baba e Gurumayi, mi piace immaginare un giardino rigoglioso e sottile che in qualche modo si è diffuso in tutto il mondo e ha messo radici nei cuori e nelle vite di molte, moltissime persone. Vedo questo come un elemento centrale nell'eredità del sentiero Siddha Yoga. Mentre celebriamo il Mahasamadhi di Baba, in questo mese, ognuno di noi può riflettere sulla propria trasformazione personale e su come noi stessi abbiamo la responsabilità di contribuire all'eredità del Siddha Yoga a beneficio delle generazioni future.

Cari saluti,

Paul Hawkwood

