

Riflessioni su Gurumayi Chidvilasananda

Gurumayi è una parte naturale della mia vita

di Anna Rashmi

Mi chiamo Anna Rashmi. Ho quasi dodici anni e Gurumayi ha sempre fatto parte della mia vita. Mi sono sempre sentita connessa con lei anche se non l'ho mai incontrata fisicamente. Come è possibile?

Può essere perché nella nostra casa e nella casa di mia nonna ci sono le immagini di Gurumayi: la mamma e la nonna praticano Siddha Yoga da 25 anni.

Sarà perché mia madre mi ha raccontato molti aneddoti e storie sulle esperienze che ha avuto quando offriva *seva* all'Ashram Shree Muktananda e al Gurudev Siddha Peeth. Mi ha raccontato questa storia:

Un giorno nel 2003, durante un ritiro di Meditazione Siddha Yoga a Montreux, in Svizzera, lei offriva *seva* come suonatrice di harmonium per la recitazione della *Shri Guru Gita* con Gurumayi. All'improvviso si sentì girare la testa. Guardò in su e notò che Gurumayi le stava guardando la pancia, dove io ero già da sei mesi. Un intenso raggio di luce proveniva dagli occhi di Gurumayi per... me! Normalmente, mi muovevo molto nella pancia di mia mamma, ma in quell'istante divenni completamente calma.

Mia madre era affascinata da questa esperienza e trascorse alcune ore, dopo la recitazione *Shri Guru Gita*, a cantare il mantra *Om Namah Shivaya*. Più tardi, quel giorno, partecipò a una prova di musica con Gurumayi. Quando il canto iniziò, sentiva che mi muovevo avanti e indietro, ondeggiando al ritmo gioioso del *mridang*. Gurumayi guardò mia madre e cominciò a muovere le mani accarezzandosi lo stomaco. Mamma sentì che quel giorno la *shakti* di Gurumayi aveva toccato in profondità me, la sua bambina che stava arrivando.

Sarà che sono nata nel giorno di Gurupurnima, il 14 luglio 2003.

Sarà che Gurumayi mi ha chiamato Rashmi, che significa "i raggi del sole e della luna", e mi sento in sintonia con quel nome pieno di energia ed entusiasmo.

Sarà che mamma e nonna hanno sempre cantato il mantra *Om Namah Shivaya* per me quand'ero bambina, ogni volta che avevo bisogno d'aiuto per addormentarmi o per calmarmi.

Sarà perché ogni sera, anche adesso, mi addormento con un pavone di peluche, un morbido e prezioso regalo di Gurumayi.

Sarà perché quando sono agitata mi rifugio nella presenza di Gurumayi nel mio cuore e ritorno a uno spazio tranquillo e sicuro.

Può essere perché, da quando avevo tre anni, ho partecipato a molti *satsang* per famiglie e ritiri Siddha Yoga. Durante questi *satsang*, ho spesso fatto *seva*, leggendo storie ai partecipanti. Quando faccio questa *seva*, se mi sento nervosa a parlare ad alta voce a tante persone, mi ricordo di offrire la mia lettura a Gurumayi e allora mi arriva un senso di fiducia e di coraggio. Mi sento a mio agio dentro di me.

Può essere perché, dopo aver ricevuto il messaggio di Gurumayi per il 2014, *Il suono senza suono nasce e si dissolve nello spazio di perfetta quiete*, ho imparato ad ascoltare. Le parole di questo messaggio hanno risvegliato qualcosa in me, soprattutto perché sono musicista e prendo lezioni di sassofono da quando avevo sette anni. Quando suono, sento che il suono gira intorno a me, creando uno spazio di pace e tranquillità. E quando suono, a volte visualizzo l'oceano, con ogni suono che sale e scende, come un'onda. Questo mi fa sentire molto tranquilla e contenta.

A dire il vero, non so *esattamente* perché sento che Gurumayi è sempre stata una parte naturale della mia vita, ma so che lo è stata e che lo è!

Gurumayi è il mio Guru e un giorno la incontrerò di persona.

Così, mi sto preparando a questa esperienza:

- Ogni sera mi addormento abbracciando il suo pavone di peluche.
- Ascolto la musica Siddha Yoga.

- Partecipo ai *satsang* Siddha Yoga per le famiglie.
- Ho deciso di partecipare al ritiro Siddha Yoga per famiglie, l'estate prossima in Francia.



© 2020 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.