

Abbondanza

Una virtù scelta da Gurumayi Chidvilasananda
per la *Felicità del compleanno*

Commento di Yawu Miller, insegnante di meditazione Siddha Yoga

La virtù dell'abbondanza richiama alla mente la generosità della terra: i doni della pioggia e del sole, la moltitudine di vita vegetale e animale sul nostro pianeta, e i miliardi di stelle e galassie che illuminano il cielo notturno.

Un inno tratto dal *Rig Veda*, lo *Shri Suktam*, loda questa immensa energia divina. Uno dei versi dice:

चन्द्रां प्रभासां यशसा ज्वलन्तीं श्रियं लोके देवजुष्टामुदाराम्
तां पद्मनेमीम शरणमहं प्रपद्येऽलक्ष्मीर्मे नश्यतां त्वां वृणे ॥ ५ ॥

*candrām prabhāsām yaśasā jvalantīm śriyam loke devajuṣṭām udārām,
tām padmanemīm śaraṇam ahaṁ prapadye 'lakṣmīr me naśyatām tvām vṛṇe.*

Io cerco rifugio in *Shri*,
che si manifesta come l'abbondanza del mondo.
Io cerco rifugio in colei che è adornata con ghirlande di fiori di loto,
colei che si manifesta come la stupenda luminosità della luna,
colei che è venerata dagli dei.
O *Shri*, allontana la cattiva sorte!¹

Nella loro adorazione di *Shri*, i Veggenti vedici riconoscevano e onoravano la sorgente dell'abbondanza nell'universo.

Abbondanza, dal latino *abundantia*, significa pienezza e copiosità. In sanscrito, l'abbondanza è rappresentata dalla parola *shri*, che significa sacralità, bellezza, grazia e buon auspicio. *Shri* è anche un appellativo di Mahalakshmi, la dea dell'abbondanza e l'aspetto dell'energia divina che crea e pervade l'universo.

Nel suo libro *Enthusiasm*, Gurumayi dice:

Quando permetti al tuo intero essere di divenire stabile nella sua vibrazione sottile, puoi fare l'esperienza del potere di Dio. È *shri*. Essa è infusa di benignità, bellezza, sacralità, abbondanza, nobiltà, dignità e buona sorte. Sappi che tutto ciò esiste dentro di te.²

Le qualità dell'abbondanza associate a *shri* esistono all'interno di noi; davvero possiamo sperimentare l'immensità dell'universo nel nostro cuore. Continuando a ritornare a questa esperienza e a ricordarci che *shri* è insita nella nostra natura, coltiviamo sempre di più la costante consapevolezza dell'abbondanza nella nostra vita.

Un modo di coltivare l'abbondanza, che trovo particolarmente efficace, è riconoscere semplicemente le tante benedizioni che ho ricevuto nella mia vita: il dono della iniziazione *shaktipat* che trasforma la vita, la guida dei Guru Siddha Yoga, la mia famiglia e i miei amici, la salute e la bellezza del mondo naturale che circonda me e tutti.

Nella sua autobiografia spirituale, *Il Gioco della Coscienza*, Baba Muktananda descrive l'abbondanza del Sé divino:

Cosa vi affannate a possedere? Al mondo non esistete che voi, siete voi che pervadete l'universo, siete voi il principio perfetto e immortale. Non vi è differenza tra voi e il mondo, non vi è dualità. Voi riempiate l'intero universo

senza alcuna differenziazione: siete la serena, immortale e pura Kundalini, la luce della Coscienza.³

L'abbondanza del mondo con le sue innumerevoli forme riflette la luce della Coscienza, che dimora nel cuore di ogni essere. Per comprendere pienamente l'immensa abbondanza dell'universo, dobbiamo volgerci all'interno.

Io cerco rifugio in *Shri*,
colei che si manifesta come l'abbondanza del mondo.⁴

Affermazione per l'Abbondanza

Io cerco rifugio in Shri, che si manifesta come l'abbondanza del mondo.

© 2017 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

1 *Hymn to Śrī (Śrī Suktam)*, 5; Constantina Rhodes, *Invoking Lakshmi, The Goddess of Wealth in Song and Ceremony*, (Albany, NY: State University of New York Press, 2010) pp. 121-122

2 Swami Chidvilasananda, *Enthusiasm* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1997) p. 12.

3 Swami Muktananda, *Il gioco della Coscienza* (Edizione italiana; SYDA Foundation, 1996) p. 234.

4 *Hymn to Śrī (Śrī Suktam)*, 5; Constantina Rhodes, *Invoking Lakshmi, The Goddess of Wealth in Song and Ceremony* (Albany, NY: SUNY Press, 2010) pp. 121.