

Devozione

Una virtù scelta da Gurumayi Chidvilasananda per la Felicità del compleanno

Commento di Laura Dickinson, insegnante di Meditazione Siddha Yoga

La Devozione implica le qualità di profonda venerazione e adorazione divina, di fede interiore e pratica esteriore.¹ In sanscrito la parola “devozione” è *bhakti*, e l’eminente saggio Vedico Narada dedicò all’argomento una scrittura intera, il *Narada Bhakti Sutra*. Narada definisce *bhakti* come “la più elevata forma d’amore”, intendendo con questo l’amore per Dio.² Questo genere di amore puro si dispiega naturalmente e spontaneamente mentre progredite sul sentiero spirituale.

Ogni cercatore della Verità ha l’innata capacità di incontrare la fonte della *bhakti* all’interno di sé, perché il desiderio di compiere le pratiche è in se stesso *bhakti*. Mentre vi impegnate nelle pratiche spirituali, *bhakti* si manifesta come un sentimento che può assumere molti sapori e forme: uno stato di pace profonda che sorge all’interno; un dolcezza colma di nettare che soffonde ogni fibra del vostro essere; un’energia piena di beatitudine che scaturisce dal vostro cuore.

Bhakti in sé è anche una pratica. Un commento sulla *Shri Bhagavad Gita* del filosofo e saggio Jnaneshwar Maharaj, del 13° secolo, svela il mistero della pratica devozionale con precisione poetica, aprendo una via al cercatore che vuole nutrire la *bhakti*.

कां चैतन्याचिये पोवळी - । माजीं आनंदाचां राउळीं ।
गुरुलिंगा ढाळी । ध्यानामृत ॥ १८६ ॥
उदयिजतां बोधार्का । बुद्धीची डाल सात्त्विका ।
भरोनि त्र्यंबका । लाखोली वाहे ॥ १८७ ॥

*kā caitanyāciye povalī, mājī ānandātsā rāuḷī,
guruliṅgā dhālī, dhyānāmṛta.
udyizatā bodhārkā, buddhīci dāla sātvikā,
bharoni tryambakā, lākholī vāhe.*

All'interno del tempio della beatitudine del Sé, [il cercatore] installa l'immagine del suo Guru e versa sopra di essa il nettare della meditazione. Quando il sole della consapevolezza di Brahma sorge, egli riempie il cesto della sua intelligenza con sentimento puro e offre i fiori del suo sentimento a Shankar nella forma del suo Guru.³

In questa relazione, il cercatore riposa nella percezione del suo cuore come un tempio e medita, visualizzando il suo Guru. L'immagine interiore che egli richiama, evoca un atteggiamento di devozione. Come quell'amore devozionale cresce, egli se ne prende cura come un dono sacro che ridona al Guru. Egli abbraccia la consapevolezza che il Guru è Shankar, un nome del Signore. Quando il cercatore dipinge questa scena interiore, *bhakti* si risveglia al suo interno.

Potete praticare la devozione anche concentrando l'attenzione all'interno su un aspetto della creazione di Dio. Per esempio, potreste riportare alla memoria un'immagine della natura, come un'imponente montagna, un albero maestoso, o un lago sereno. Rivolgendo l'attenzione a queste forme con la consapevolezza della loro intrinseca divinità, l'amore per Dio può emergere nello spazio intimo del vostro cuore.

Gurumayi spiega il grande potere della *bhakti* nel suo libro, *Lo Yoga della Disciplina*. Ella dice:

La devozione a Dio è molto più di un sentimento. Per la vostra devozione, Dio diventa vivo per voi. E con la vostra devozione invitate colui che adorate nel vostro corpo, nella vostra mente, nella vostra vita. Ciò che non ha forma assume una forma con cui potete entrare in relazione.⁴

Quando portate l'oggetto dell'adorazione in voi stessi, avviene un'alchimia interiore. Kundalini Shakti, il potere spirituale o energia, cresce dentro di voi e voi iniziate ad acquisire le qualità stesse di colui che state adorando. Riconoscendo la fioritura della devozione al vostro interno, voi nutrite un profondo sentimento d'amore per Dio, e in questo processo Dio diventa vivo per voi.

Affermazione per la Devozione

Io riconosco il potere della devozione nel tempio del mio cuore.

© 2016 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

i *The Shorter Oxford English Dictionary*, Fifth Edition (Oxford, England: Oxford University Press, 2002).

i *Bhakti Sutra*, 2; William K. Mahony, *Exquisite Love: Reflections on the spiritual life based on Narada's Bhakti Sutra* (Davidson, NC: Sarvabhava Press, 2014) p. 37.

i *Jñaneshvari*, 13.386–87; Swami Muktananda, *The Perfect Relationship: The Guru and the Disciple* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1980) p. 164.

i Swami Chidvilasananda, *Lo yoga della disciplina* (@ SYDA Foundation, 2015) p. 27.