

# Anelito

## Una virtù scelta da Gurumayi Chidvilasananda per *La felicità del compleanno*

Commento dell'insegnante di meditazione Siddha Yoga  
Maitreya Larios

Un aspetto importante delle virtù divine che Gurumayi ci incoraggia a coltivare è che esse sono già dentro di noi. Prendete, ad esempio, la virtù dell'anelito. Il desiderio di felicità duratura e di una vera connessione è condiviso da tutti su questo pianeta, e guida ogni nostra decisione e azione. Questo anelito spesso si esprime nelle varie forme di desiderio, convinti come siamo che le circostanze e i possedimenti esteriori ci rendano felici: una nuova auto, un partner più amorevole, titoli superiori o luoghi più interessanti da visitare. Ma in realtà questi obiettivi sono transitori e, invece di renderci veramente felici, una volta che li abbiamo raggiunti fanno spazio all'emergere di nuovi desideri. In questo ciclo, la brama che sentiamo non è mai completamente soddisfatta; il nostro vero anelito rimane non identificato e senza risposta.

Gurumayi definisce l'anelito con le seguenti parole:

Questo è l'anelito: voler vedere quella luce all'interno, desiderare l'esperienza interiore, voler vedere Dio, voler percepire la Verità.<sup>1</sup>

Gurumayi ci insegna che l'anelito, nella sua forma più profonda, è il desiderio di conoscere la Verità dentro di noi. In sanscrito, la parola "anelito" può essere tradotta in molti modi. Tradizionalmente, l'aspirazione o anelito per la liberazione è chiamato *mumukshutva*, "lo stato di intenso desiderio di *moksha*, la libertà ultima". Il nome sanscrito deriva dalla radice verbale *muc*, "rendere liberi, liberare, rilasciare". Liberare da cosa? Il grande saggio indiano Shri Adi Shankaracharya ce lo suggerisce con la sua definizione di *mumukshutva*, nel *Viveka Chudamani*:

अहंकारादिदेहान्तान् बन्धानज्ञानकल्पितान् |  
स्वस्वरूपावबोधेन मोक्तुमिच्छा मुमुक्षुता || २७ ||

*ahamkārādi-dehāntān bandhān ajñāna-kalpitān,  
svasvarūpāvabodhena moktum icchā mumukṣutā.*

*Mumukshutva* è il desiderio di liberarsi da tutti i legami, realizzando la propria vera natura. Questi legami - che si estendono dall'ego al corpo fisico - derivano dal [proprio] attaccamento all'ignoranza.<sup>2</sup>

Ciò che Shankara intende con "liberarsi da ogni legame" non è che dovremmo abbandonare il corpo o la mente, o il nostro posto o attività nel mondo, ma piuttosto che dovremmo liberarci dall'illusoria identificazione con questi aspetti della nostra individualità limitata. Pertanto, *moksha* è la liberazione dall'ignoranza della nostra vera natura. È lo stato in cui ripristiniamo pienamente la consapevolezza della libertà e della beatitudine del nostro vero Sé. L'anelito è come il nutrimento di cui abbiamo bisogno per crescere e per progredire nel viaggio verso l'esperienza della libertà innata.

I grandi saggi ci dicono che, una volta che abbiamo rivolto la consapevolezza all'interno e ritrovato la fonte della felicità, ci rendiamo conto che ciò che stiamo cercando si trova in effetti dentro di noi.

### **Affermazione per Anelito**

Riconosco l'essenza del mio anelito come desiderio di conoscere Dio.

---

<sup>1</sup> Gurumayi Chidvilasananda, *Kindle My Heart* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1996) p. 204.

<sup>2</sup> *Viveka Chudamani*, 27; traduzione in inglese © SYDA Foundation 2016.