

## Sul mese di luglio nel sito web del sentiero Siddha Yoga

di Eesha Sardesai

Nel sentiero Siddha Yoga, il mese di luglio è solitamente associato alla celebrazione di Gurupurnima. Dico “solitamente” perché Gurupurnima è una festività lunare, che nel calendario indiano cade nella luna piena del mese di Ashadha, il quale nel calendario occidentale spesso corrisponde al mese di luglio. In quest’anno 2026, Gurupurnima cade il 29 luglio.

Sul sito web del sentiero Siddha Yoga potete leggere la storia completa di come è nata Gurupurnima, una celebrazione profondamente radicata nella cultura indiana. Qui ne faccio una breve sintesi. Gurupurnima è una celebrazione istituita millenni fa dai discepoli del grande saggio Veda Vyasa, i quali espressero al loro Guru il desiderio di onorarlo per manifestargli la loro immensa gratitudine. Mosso a compassione per i suoi discepoli, il saggio rispose che potevano dedicare a questo scopo un giorno specifico dell’anno. I discepoli scelsero subito il giorno di luna piena nel mese di Ashadha. L’occasione divenne nota come Gurupurnima, la “luna piena del Guru”.

Per i Siddha Yogi e per i nuovi cercatori, Gurupurnima – il giorno stesso e di fatto l’intero mese che lo contiene – è un momento per onorare i Guru del lignaggio Siddha Yoga: Gurumayi Chidvilasananda, Baba Muktananda e Bhagavan Nityananda. Come sempre, per comprendere meglio *come* onorare i Guru, possiamo visitare il sito web del sentiero del Siddha Yoga.

Un buon punto di partenza (ma a dire il vero, *ovunque* clicchiate sulla pagina principale del sito web del sentiero Siddha Yoga è un “buon punto di partenza”) è l’invito di Lilavati Stewart Sutcliffe a offrire *dakshina* per Gurupurnima. Anche se abbiamo a disposizione una vasta gamma di pratiche tra cui scegliere quando celebriamo le festività del Siddha Yoga – e questo, per me, è parte di ciò che le rende così divertenti e gioiose – a volte, in occasione di festività specifiche, ci sono pratiche a cui dedichiamo un’attenzione particolare. Per Gurupurnima, questa pratica è l’offerta di *dakshina*. (Se desiderate saperne di più sulla *dakshina*, o rinnovarne la

vostra comprensione, sul sito web troverete risorse che vi aiuteranno a farlo: ad esempio l'esposizione di uno studioso del Siddha Yoga, e domande e risposte sulla *dakshina* con uno Swami del Siddha Yoga).

A questo punto potremmo concentrarci sulla *Venerazione di Shri Guru*. Lasciatemi dire una cosa: aspettavo *con impazienza* di parlarvi di questa nuova serie di parole pubblicate sul sito web. Sono felicissima che il momento sia arrivato!

Ecco com'è andata. Qualche settimana fa, in vista del mese di Gurupurnima, mi sono incontrata con due colleghi di *seva*. Noi tutti amiamo le parole, e loro sono studiosi di lingue indiane come il sanscrito. Come offerta a Gurumayi, abbiamo deciso di preparare una raccolta di termini sanscriti relativi al Guru, con le corrispondenti traduzioni in inglese. Molti di questi termini provengono da scritture indiane. Alcuni descrivono la natura del Guru, oppure un suo aspetto specifico. Altri descrivono in dettaglio ciò che il Guru dona al discepolo. Altri ancora spiegano l'atteggiamento che un discepolo deve tenere nei confronti del Guru, le azioni che il discepolo compie e le pratiche in cui si impegna.

Spesso ho notato che, quando qualcuno fa un regalo a Gurumayi, lei pensa a come condividere quel dono con il *sangham* Siddha Yoga. Forse ricordate quel che vi ho già raccontato: è stato così, quasi dieci anni fa, che ho iniziato a scrivere per il sito web del sentiero Siddha Yoga. Scrivevo lettere a Gurumayi raccontandole le mie esperienze e le mie riflessioni di *sadhana*, e lei mi chiese di condividere i miei pensieri con tutti voi!

Perciò, tornando a Gurupurnima: quando Gurumayi ha ricevuto l'offerta di parole sanscrite che io e i miei colleghi avevamo preparato, con grande dolcezza ci ha ringraziato per il lavoro svolto, sottolineando come ogni parola che avevamo scelto fosse profonda e significativa per ciò che esprime riguardo al Guru, al discepolo e alla relazione tra il Guru e il discepolo. Gurumayi ha poi parlato di quanto sarebbe stato utile che tutti i Siddha Yogi e i nuovi cercatori avessero potuto conoscere quelle parole. Quindi ogni giorno di luglio sul sito web del sentiero Siddha Yoga verrà presentato uno di questi termini.

Come sarà presto evidente, tutte le parole iniziano con *Guru* (o per essere più precisi, *Shri Guru*, quando includiamo il titolo onorifico *Shri*). Si tratta di parole composte, formate dall'unione di due parole distinte, e la prima parte di ogni

combinazione fa riferimento al Guru. Mentre lavoravamo a questa raccolta, mi è tornata in mente un'analogia emblematica che Gurumayi e Baba Muktananda usavano proporre nei *satsang*. Gurumayi e Baba spiegavano che ogni cosa nella vita di una persona può essere considerata uno "zero". Magari si possiedono molte cose, ma ciò significa semplicemente che si sono accumulati molti zeri! Quando si incontra il Guru però, e si è risvegliati alla conoscenza del Sé, è come mettere il numero "1" davanti a tutti quegli zeri. Gli zeri acquisiscono un valore reale e molto più grande.

Questa è un'istantanea, giusto un paio di punti salienti, di ciò che troverete sul sito web del sentiero Siddha Yoga durante il mese di Gurupurnima. A essere sinceri, ho appena sfiorato la ricchezza del materiale a disposizione per il vostro studio: insegnamenti, saggi, racconti, inni, fotografie e molto altro ancora. Vi incoraggio a esplorare di persona tutto ciò durante il mese di luglio, navigando tra le pagine che sono state appositamente curate per la celebrazione di Gurupurnima.

I benefici nel farlo sono davvero molteplici. Potrei dedicare un intero trattato a elencarli! Ancora una volta, però, mi concentrerò su alcuni punti salienti. Considero il nostro impegno attivo con gli insegnamenti presenti sul sito web del sentiero Siddha Yoga come un modo per partecipare al *Guru-shishya parampara*, ovvero alla tradizione di Guru e discepolo, che perdura da tempo immemorabile. La continuità di questa tradizione si basa sulla trasmissione della conoscenza da parte del Guru al discepolo, nonché sull'accettazione e sull'applicazione di tale conoscenza da parte del discepolo. Ogni giorno Gurumayi trasmette i suoi insegnamenti attraverso il sito web. E ogni giorno possiamo scegliere di studiare questi insegnamenti, di metterli in pratica, di assimilarli e attuarli nella nostra vita. Quando agiamo così, adempiamo alla nostra responsabilità di discepoli e allievi del Guru. Facciamo in modo che la saggezza del Guru, la luce del Guru, si diffondano nel nostro mondo.

Inoltre trovo che il mio studio del sito web, e il conseguente approfondimento delle mie conoscenze ed esperienze riguardo al rapporto tra Guru e discepolo, mi sostengano in un'altra delle pratiche essenziali del percorso del Siddha Yoga: il *darshan*.

Ricevere il *darshan* del Guru è una pratica che faccio quotidianamente. Sono grata di avere, in questo momento della mia vita, l'opportunità di vivere e offrire seva nel

luogo in cui dimora il mio Guru. Ricevere il *darshan* di Gurumayi nella forma fisica è per me della massima importanza; e seguo attentamente le indicazioni che Gurumayi ci ha fornito su come possiamo ricevere il *darshan* del Guru in una miriade di modi.

L'esperienza del *darshan* avviene interiormente. So che molti Siddha Yogi e nuovi cercatori sperimentano il *darshan* quando ricordano lo sguardo del Guru, quando immaginano e sentono cosa significhi essere *visti* nel modo in cui il Guru ci vede. Sperimentano il *darshan* quando si immergono nel silenzio del Guru, che è sinonimo del silenzio della propria anima, o quando evocano la saggezza del Guru. Sperimentano il *darshan* quando visualizzano il Guru davanti a sé, e quando nel loro cuore entrano in contatto con la presenza del Guru, sottile ma così percepibile. Gurumayi ha detto: "La pratica del *darshan* è di per sé una scrittura".

Vorrei concludere – o forse *iniziare*, dato che è proprio quello che stiamo per fare: entriamo nella nostra celebrazione di Gurupurnima per un mese intero – citando una strofa della *Shri Guru Gita*. L'ho scelta perché mi sembra pertinente a ciò di cui ho parlato finora.

Nella strofa, il Signore Shiva – l'Adi Guru, il Guru primordiale – dice alla dea Parvati:

*mantrarājam idam̐ devi gurur ityakṣaradvayam |*  
*smṛtivedārthavākyena guruḥ sāksāt param̐ padam̐ ||*

Questa parola, *Guru*, composta da due lettere (*gu* e *ru*),  
è il re dei mantra.

Secondo gli insegnamenti dei Veda e delle Smriti,  
il Guru è la realtà suprema stessa. <sup>1</sup>



© 2026 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

<sup>1</sup> *Shri Guru Gita*, strofa 107; nel *Nettare del Canto*, 4<sup>a</sup> ed., 2017 ristampa (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1984), pag. 36; Traduzione © 2026 SYDA Foundation®.