

श्रीगुरूपदेश — *Shri Guru Upadesha*

La guida di Shri Guru

Commento di Ami Bansal

La frase di oggi, 29 luglio 2026, tratta da “Venerazione di Shri Guru”, è *Shri Guru upadesha*: “La guida di Shri Guru”. Che frase perfetta da imprimere nella nostra coscienza in questo giorno sacro di Gurupurnima!

La parola sanscrita *upadesha* è composta da due parti. La prima è il prefisso *upa*, che indica il muoversi verso o l’essere vicini a qualcuno o qualcosa. La parola *desha* deriva dalla radice *dish*, che significa “indicare”, “dirigere” o “mostrare”. La parola composta *upadesha* indica ciò che indirizza o guida una persona verso qualcosa. Pertanto, *upadesha* viene tradotto come “guida”, “insegnamento”, “istruzione”, “indicazione” o “consiglio”.

Le scritture indiane definiscono *upadesha* specificamente come la guida del Guru. Si tratta di una guida che, quando viene compresa dallo studente e da lui assimilata e applicata attivamente, lo conduce a Dio, alla conoscenza del Sé.

Alcuni degli *upadesha* più classici della tradizione scritturale indiana si trovano nelle Upanishad. Tra questi vi sono, ad esempio, le *mahavakya*, le “grandi affermazioni” come *tattvamasi*, “Tu sei quello”. Letteralmente, la parola *upanishad* significa “sedersi vicino”. L’accostamento delle parole *upanishad* e *upadesha* porta alla mente un’immagine bellissima.

Seduto con devozione accanto a un Guru realizzato, lo studente riceve *upadesha*, l’orientamento e la guida che lo conducono alla conoscenza del Sé.

Ai tempi delle Upanishad, ricevevano l’*upadesha* del Guru soltanto gli studenti che desideravano sinceramente la guida del Guru e aspiravano a raggiungere la conoscenza del Sé. È quindi importante capire che l’*upadesha* richiede necessariamente

l'impegno attivo da parte dello studente. Affinché la guida del Guru possa attecchire e condurre effettivamente lo studente alla meta, egli deve nutrire un fervido desiderio di studiare e imparare. Lo studente deve anche nutrire un profondo desiderio di seguire la guida del Guru; deve avere *mumukshutva*, un desiderio irrefrenabile e risoluto di conoscere Dio, di raggiungere la liberazione.

L'*upadesha* trae la sua forza dalla vicinanza. Quindi lo studente sperimenta il vero potere dell'*upadesha* del Guru, quando si avvicina al Guru. Vi chiederete cosa significhi "avvicinarsi al Guru"; in che modo uno studente può farlo. In realtà, i modi sono molti: tra questi vi sono, ad esempio, coltivare una profonda riverenza e devozione per il Guru, desiderare di servire il Guru, ascoltare con attenzione i suoi insegnamenti e dare priorità allo studio e alla pratica.

Nell'antichità, gli studenti dovevano trovarsi fisicamente vicini al Guru per ricevere l'*upadesha* di Shri Guru. Oggi, sul sentiero Siddha Yoga, la tecnologia ci permette di ricevere la guida del nostro Shri Guru ovunque siamo. Non siamo limitati da dove ci troviamo fisicamente. Quando clicchiamo per aprire il sito web del Siddha Yoga, possiamo immaginarci seduti proprio ai piedi di loto di Shri Guru, pronti a ricevere gli insegnamenti del Guru. E una volta ricevuti questi insegnamenti, continuiamo a mantenerli nella nostra consapevolezza e li manifestiamo nella nostra vita attraverso lo studio, la contemplazione e l'applicazione costanti.

Un altro significato di *upadesha* che troviamo nelle scritture indiane è "iniziazione". Da ciò possiamo comprendere che, sebbene siano le parole il veicolo dell'*upadesha* di Shri Guru, spesso il suo potere trascende quelle parole. Questo *upadesha* è una trasmissione diretta della *shakti* del Guru, dell'energia trasformativa del Guru, allo studente. Se gli studenti scelgono di prendere a cuore la guida, se compiono uno sforzo costante per studiarla e applicarla nella propria vita, questa saggezza mistica li libera gradualmente da ogni limitazione, cioè da tutto ciò che li fa sentire piccoli, come l'insicurezza, il senso di indegnità e la paura. Con la sua grazia possente, l'*upadesha* del Guru colpisce direttamente alla radice ogni pregiudizio e ogni falsa identificazione.

L'ignoranza del fatto che la propria vera natura è il Sé deriva da un errore concettuale che si è radicato nel succedersi delle vite. L'apprendimento o l'azione mondana da soli non possono eliminare quell'ignoranza. Ecco perché l'*upadesha* del Guru è inestimabile, ed ecco perché è essenziale che l'allievo ne riconosca e ne abbracci il valore.

È sempre utile per uno studente riflettere su come sta accogliendo l'*upadesha* del Guru. Lo studente può chiedersi: “Sto accettando sinceramente ciò che il Guru dice che è importante per me e per la mia vita? Sto comprendendo ciò che il Guru mi sta insegnando? Sto ascoltando la totalità di ciò che il Guru sta dicendo? Oppure sto selezionando solo ciò che mi è congeniale in un determinato momento? Mi sto concentrando solo sulle parti che trovo facili da mettere in pratica, o di cui sento di ‘aver bisogno’ in quel momento?”

Come studenti sul sentiero del Siddha Yoga, di tanto in tanto dobbiamo farci domande come queste, e dobbiamo essere onesti con noi stessi sulle risposte che ci diamo. Dobbiamo assumerci la piena responsabilità della nostra *sadhana*. Quando riponiamo la nostra fiducia nell'*upadesha* del Guru e lo mettiamo in pratica con diligenza, veniamo spinti verso una profonda ricerca interiore. E dedicandoci quotidianamente a questa ricerca, iniziamo a sperimentare una graduale trasformazione dentro di noi.

La *Brihadaranyaka Upanishad* descrive Brahman – l'Assoluto, il Sé di tutto – come *neti, neti*, ovvero “Non questo, non questo”¹. Il punto è che il Sé non può essere definito dalle identificazioni esteriori che potremmo associargli – e l'*esperienza* del Sé non ha quindi alcun parallelo. Così, con l'*upadesha* del Guru come guida nella *sadhana*, finiamo per spogliarci degli strati di ciò che *non* siamo, permettendo alla nostra vera natura di risplendere.

L'*upadesha* di Gurumayi ci giunge in molteplici modi. La sua guida vive nei suoi insegnamenti detti e scritti, nel suo silenzio e persino nelle sue conversazioni e gesti apparentemente casuali. Anche le nostre esperienze di Gurumayi nella meditazione, nei sogni e nella natura possono contenere il suo *upadesha*. Quali studenti di Gurumayi è nostra sacra responsabilità cogliere l'*upadesha* del Guru in ogni modalità in cui lei

comunica con noi, ed essere disposti e pronti a studiarlo e a metterlo in pratica.

Anni fa, in meditazione, mi sono vista al Gurudev Siddha Peeth mentre offrivo *guruseva*. Gurumayi entrò nella stanza in cui ero, e io mi alzai in segno di rispetto. Un raggio di luce dorata la avvolse. E poi mi parlò sulla natura della guida del Guru.

Gurumayi disse: “La guida del Guru scaturisce dalla luce di Dio. Quando qualcuno accoglie veramente quella guida nel proprio essere, essa si trasforma nuovamente nella luce di Dio. In questo modo, la guida del Guru dona alla persona l’esperienza della luce divina”.



© 2026 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ *Brihadaranyaka Upanishad*, 2.3.6.