

Pitru Paksha: i quindici giorni dedicati agli antenati di Swami Shantananda

Pitru Paksha, conosciuto come "i quindici giorni degli antenati", è una commemorazione di quindici giorni che si svolge nel mese lunare indiano di Bhadrapada, che di solito corrisponde a settembre e ottobre del calendario gregoriano.

In sanscrito, *pitru* significa "antenati" e *paksha* significa una "quindicina" o un "lato" di un mese lunare. Secondo il calendario lunare vedico, un *paksha* comprende quindici *tithis* o giorni lunari. Ci sono due *paksha* in un mese lunare, che si trovano ai due lati del giorno di luna piena, cioè la quindicina precedente e quella successiva. Shukla Paksha, la quindicina luminosa, comprende i quindici giorni dopo *amavasya*, o luna nuova, che è quando la luna cresce, aumentando la sua luminosità ogni giorno per culminare nella luna piena, o *puṇnima*. Krishna Paksha, la quindicina buia, inizia dopo la luna piena, quando la luna cala giorno dopo giorno fino a diventare nera. La quindicina luminosa è associata alla crescita e all'espansione, mentre la quindicina buia è associata all'introspezione, alla contemplazione, alla purificazione e alla trasformazione.

L'osservanza di Pitru Paksha inizia nel *pratipada*, o primo giorno, dopo la luna piena che conclude Ganesh Utsava, il festival in onore di Lord Ganesh. Ciò significa che Pitru Paksha ha luogo durante la quindicina buia della luna, Krishna Paksha, e si conclude con Sarvapitru Amavasya, "la luna nuova di tutti gli antenati". Nella maggior parte degli anni, l'equinozio d'autunno cade in questo periodo, che è quando il sole passa dall'emisfero nord a quello sud. I testi scritturali della tradizione vedica considerano la direzione sud come il luogo associato agli antenati. Così, Pitru Paksha è in linea con il corso della natura e con il significato tradizionale attribuito ai vari movimenti astrali durante questo periodo di tempo.

L'osservanza di Pitru Paksha ha le sue origini nell'antica tradizione vedica dell'India. Pitru Paksha è descritto nei testi scritturali quali il *Garuda* e il *Vishnu Purana*, come un momento potente in cui onorare ed esprimere gratitudine nei confronti di chi è venuto prima di noi e ci ha lasciato un'eredità di saggezza, protezione, amore o ricchezza materiale. Secondo la tradizione vedica, gli "antenati" sono specificamente i genitori, i nonni e i bisnonni. In realtà, a Pitru Paksha molti onorano anche i coniugi, figli, fratelli, zie e zii, e suoceri defunti, così come gli amici, i vicini, gli insegnanti, i mentori e anche gli amati animali che hanno lasciato questo mondo.

Riflettendo sull'influenza che antenati, amici, mentori e benefattori hanno avuto su di voi, riconoscerete il profondo valore che hanno avuto come modelli di comportamento e fonti di apprendimento. Sono stati la vostra luce guida e sono stati determinanti nell'influenzare ciò che siete e che siete diventati. Hanno tracciato un sentiero da seguire nella vostra vita.

Gli insegnamenti del Siddha Yoga impartiscono la conoscenza che la connessione che abbiamo con chi amiamo, e in effetti con tutto ciò che c'è nell'universo, è una connessione che trascende il regno fisico. Quando il corpo cessa la sua attività su questo pianeta, il Sé eterno, l'*atman*, continua ad esistere. Allo stesso modo, l'impronta che i nostri cari hanno lasciato nel mondo è eterna. Ciò che riconosciamo e celebriamo sul sentiero del Siddha Yoga durante Pitru Paksha è il Sé eterno, e il contributo eterno che i nostri cari hanno dato.

Osservanze di Pitru Paksha

Secondo le scritture dell'India, il dharma, il dovere di chi è in vita, è quello di offrire preghiere, benedizioni e i frutti delle proprie pratiche spirituali a beneficio di chi è morto. In questo modo onoriamo coloro le cui anime hanno lasciato questa terra, e li sosteniamo nel loro viaggio.

Durante Pitru Paksha, noi Siddha Yogi possiamo scegliere di dedicare le nostre pratiche spirituali—le preghiere, la meditazione, le offerte di *dakshina*, il canto, la ripetizione dei mantra e lo *svadhyaya*, come la recitazione della *Shri Guru Gita*—a coloro che se ne sono andati. Si possono anche recitare delle belle preghiere tratte dalle

Upanishad e dalla *Shri Bhagavad Gita* per onorare il Sé eterno, l'anima dei nostri cari, che trascende il corpo fisico.

Un'osservanza tradizionale durante Pitru Paksha è fare opere di carità in nome degli antenati. Queste possono essere: donare cibo ai bisognosi, onorare i *sannyasi*, i monaci, dare denaro per sostenere l'istruzione di bambini e ragazzi bisognosi ed anche portare avanti o sostenere le opere di carità compiute dai nostri avi. Alcuni piantano un albero, un simbolo di vita, per onorare i loro cari defunti. Un altro modo di onorare gli antenati è riflettere sulle loro grandi qualità che desideriamo coltivare.

Astensioni consigliate

Per aiutare le persone a concentrarsi sull'onorare i propri antenati e cari defunti, in questo periodo tradizionalmente si raccomanda di astenersi dall'iniziare un nuovo progetto o un'impresa importante, o un matrimonio e dal fare viaggi lunghi. I viaggi considerati propizi durante Pitru Paksha sono quelli intrapresi come pellegrinaggio o pratica spirituale.

