

Gratitudine, gratitudine e ancora gratitudine

Introduzione di Eesha Sardesai

Il Giorno del Ringraziamento si celebra fin da quando esistono gli Stati Uniti; in effetti anche da più tempo. Fu celebrato per la prima volta nel Seicento, e nel 1863 fu ufficialmente proclamato festa nazionale, da commemorare ogni anno. È diventata un'occasione in cui le persone si riuniscono ed esprimono gratitudine per l'abbondanza nelle loro vite.

Baba Muktananda e Gurumayi Chidvilasananda hanno viaggiato molto negli Stati Uniti, tenendo *satsang* quotidiani e soprattutto in occasione di feste come il Giorno del Ringraziamento. Per questo motivo, sul sentiero del Siddha Yoga, onoriamo la tradizione di questo Paese. Come Gurumayi ha detto spesso, una festività, da qualunque tradizione provenga, è una grande opportunità per tutti di pensare a Dio, di sperimentare l'amore di Dio e di offrire gratitudine.

Sul sentiero del Siddha Yoga, non dobbiamo cercare ragioni per essere grati; una volta che la *shakti* viene risvegliata in noi dalla grazia del Guru, siamo capaci di entrare in contatto con la parte del nostro cuore che è sempre traboccante di gratitudine. E allora vediamo che le ragioni della gratitudine sono numerose, molteplici, intorno a noi. Siamo grati per il calore del sole che sorge all'orizzonte e per il gorgogliare di un ruscello che scorre. Siamo grati per lo sguardo gentile di un conoscente o per una parola di incoraggiamento che ci viene detta. A mio avviso, sperimentando la gratitudine riconosciamo qualcosa della verità e della magia che attraversano l'esistenza. Possiamo intravedere la divinità che è il carattere innato del mondo.

In onore del Giorno del Ringraziamento, avremo il privilegio di vedere, godere e immergerci in immagini che esprimono la bellezza e la santità della Terra, che celebrano la sua abbondanza, che trasmettono il *bhav* dell'adorazione; e attraverso di esse riceveremo il *darshan*. Sul sito web del sentiero Siddha Yoga, potrete vedere un video che rende onore a questa festività; e credo che scoprirete che evoca magnificamente l'esperienza della gratitudine. Il video contiene rare immagini degli

archivi di Shakti Punja, in cui Baba Muktananda incontra, nel 1975, i membri della tribù Kiowa dell'Oklahoma.

Inoltre, nel 2023 il Ringraziamento ricorre nella stessa data della celebrazione indiana di Prabodhini Kartik Ekadashi, il 23 novembre. Per questo il video contiene immagini evocative di quella festività.

Prabodhini Kartik Ekadashi è una festa che mi ha sempre affascinato. È dedicata al Signore Vishnu, e commemora il giorno in cui la tradizione dice che si risvegli da un periodo di riposo di quattro mesi. Mi piace immaginare il Signore che si riposa, in particolare durante la stagione del monzone in India, che per natura ha un'atmosfera molto assorta e rigenerante. Così mi piace immaginare il Signore che si risveglia quando cessano le piogge, torna il sole e inizia il raccolto di colture come la canna da zucchero.

La mia famiglia è originaria del Maharashtra, in India, e sono cresciuta sentendo parlare dei rituali osservati durante gli Ekadashi, i giorni in cui si dice che il Signore si addormenta e poi si risveglia. In particolare sentivo parlare dei pellegrinaggi che la gente compie ogni anno nella città di Pandharpur, in Maharashtra, nei giorni e settimane che precedono l'Ekadashi. Il più grande di questi pellegrinaggi si svolge nel mese estivo di Ashadha (corrispondente a giugno-luglio) e culmina nel giorno in cui il Signore inizia il suo periodo di riposo. Il pellegrinaggio che si svolge nel mese di Kartik (che corrisponde a ottobre-novembre) è in onore del suo risveglio. Sebbene sia un pellegrinaggio più piccolo di quello di Ashadha, attira comunque molte migliaia di pellegrini.

Mio nonno compì il pellegrinaggio a Pandharpur quasi ogni anno per trentacinque anni. Da bambina, mi piaceva ascoltare le storie di come lui e gli altri *varkari*, o pellegrini, percorrevano a piedi più di duecento miglia, cantando *abhangas* in lode del Signore. Alcuni di loro facevano il viaggio addirittura a piedi nudi! C'era sempre qualcuno che portava una bandiera di un arancione brillante, simbolo dei *varkari*. Altri suonavano strumenti come i cimbali, o *l'ektara*, un liuto a una corda, che potevano facilmente trasportare mentre camminavano. Mio nonno preferiva il *tambouri*, una versione piccola del tamboura.

Quando i *varkari* arrivavano a Pandharpur per l'Ekadashi, facevano prima un bagno rituale nel sacro fiume Chandrabhaga. Poi rendevano omaggio e offrivano la loro

adorazione al Signore Vithoba (o Vitthal), la forma di Vishnu custodita nel tempio di Pandharpur.

Molti Siddha Yogi di lunga data mi hanno raccontato che, quando Gurumayi e Baba erano al Gurudev Siddha Peeth, i *varkari* facevano tappa all'Ashram, nell'andata o di ritorno da Pandharpur. Venivano per il *darshan* di Gurumayi e Baba, e ricevevano il loro *prasad*; facevano visita al Tempio di Bhagavan Nityananda. Tutti nell'Ashram capivano, dal suono della loro gioiosa processione, quando i *varkari* stavano arrivando.

Gli stessi Gurumayi e Baba fecero visita a Pandharpur, durante i loro viaggi di insegnamento in India. Ho scoperto negli archivi di Shakti Punja che quando Gurumayi ci andò nel 1988, nell'ambito di un pellegrinaggio di otto giorni ai luoghi sacri del Maharashtra, compì l'*abhishek* al Signore Vithoba, lo vestì di sete pregiate e gli offrì l'*arati*. Questo video contiene immagini di entrambe le visite, di Gurumayi e Baba, oltre a immagini dei *varkari* e della *murti* del Signore Vithoba a Pandharpur.

Le storie dei *varkari* che ho ascoltato durante la mia infanzia, e le storie di come noi abbiamo reso omaggio a questa tradizione sul sentiero del Siddha Yoga, mi stanno molto a cuore: potete quindi immaginare quanto sia entusiasta di questo video. Mi ha anche ricordato il momento in cui ho potuto vivere la mia versione di questo pellegrinaggio, e per di più nella casa del mio Guru. Nell'estate del 2000, quando avevo otto anni, ho partecipato ai *Golden Tales – Lives of the Saints*, una serie di rappresentazioni teatrali dei bambini dell'Ashram Shree Muktananda sui poeti santi dell'India. Ho partecipato a una produzione sul poeta santo Namdev e ho avuto il grande onore di interpretare — che cosa se non un *varkari*! È stato un momento di svolta. Vestita con il tradizionale abito bianco da pellegrino, mi sono unita agli altri piccoli *varkari* nell'attraversare la sala del *satsang*, danzando davanti a Gurumayi.

Ricordo ancora la sensazione di quella processione, com'è stato cantare e danzare per Gurumayi. Sì, ero in uno spettacolo, ma la devozione che esso ispirava, la pura gioia, tutto era così vividamente reale. Credo che guardando questo video, tutti noi possiamo vivere un'esperienza simile. Tutti noi possiamo andare in pellegrinaggio con i Guru del Siddha Yoga.

Voglio raccontarvi una dolce storia su un'altra delle immagini che vedrete. Alcuni giorni fa, Gurumayi ha scelto per questo video l'immagine di una conchiglia bianca,

poiché il Signore Vishnu è spesso raffigurato che soffia una conchiglia o ne tiene una in mano. Poco dopo aver scelto questa immagine, Gurumayi camminava vicino al Tempio e ha guardato il cielo. Gurumayi ha raccontato che, *soprattutto* quando guarda il cielo sopra il Tempio, vede delle nuvole che hanno la forma di ciò che sta dicendo o insegnando. Ed ecco, *quel* giorno c'era una grande nuvola bianca e luminosa che aveva l'esatta forma della conchiglia del Signore Vishnu!

Nel video si intrecciano tali momenti di sincronicità e di meraviglia. Guardandolo, credo che scoprirete che non si tratta solo di un pellegrinaggio verso un luogo esterno. C'è un pellegrinaggio interiore che avviene, un pellegrinaggio verso quella parte del vostro essere in cui dimora la gratitudine.

Recentemente, parlando del Giorno del Ringraziamento, Gurumayi ha detto: "Nel profondo del cuore di tutti c'è tanta gratitudine. Le persone non sono sempre in grado di esprimere la loro gratitudine, e quindi questa è una grande opportunità per tutti, qualunque sia la loro tradizione o cultura, che credano o no in Dio, di esprimere apertamente la loro gratitudine".

