

Amore in azione 2020!

 Gurumayi Chidvilasananda

Introduzione di Lilavati Stewart

Cos'è che mi ha dato nutrimento, da quando mia madre mi ha introdotta al sentiero Siddha Yoga, molte lune fa? L'amore del Guru. Qualunque cosa succeda all'interno, vagando per lo schermo della mente, e qualunque cosa succeda intorno a me, l'amore del Guru è sempre presente, come il battito costante del mio cuore. Che io consideri edificante o meno ciò che accade, che guardi a ciò che sta accadendo come qualcosa di positivo o meno, che io pensi che quel che succede sia qualcosa di grande o no, quel battito d'amore è sempre lì; continua a pulsare. Proprio come nella musica classica indiana, dove ci sono *talas*, cicli ritmici specifici che corrispondono al pezzo in esecuzione (*talas* a quattro battute, *talas* a sei battute, *talas* a sedici battute e così via) o nella musica occidentale, dove ci sono diverse metriche (tempo triplo, tempo semplice, tempo composto) - l'amore del Guru ha il suo ritmo unico. Ha il suo modo di pulsare. E io sento questo ritmo. Lo percepisco. È dolce. È confortante. Mi attira alla sua sorgente, dove sperimento le virtù che prendono vita.

Con questo spirito di gratitudine per il nettare sempre nuovo dell'amore del Guru che mi sostiene, sono felice di presentarvi la visione e la creazione di Gurumayi, i suoi insegnamenti per il giorno di San Valentino: *Amore in azione 2020*.

Ho osservato molte volte che gli insegnamenti di Gurumayi sono rilevanti per *tutti* noi. Non importa quanto possano essere diverse le nostre

personalità, non importa quanto possano essere diverse le nostre opinioni e i punti di vista, non importa quanto siano diverse le nostre condizioni, il nostro status, la classe sociale — non importa quante migliaia di differenze ci siano tra noi — quando prendiamo a cuore gli insegnamenti di Gurumayi, questi ci conducono all'esperienza dell'amore.

Gli insegnamenti di Gurumayi pulsano di vita; sono animati dalla shakti del Guru. La conoscenza brilla attraverso di loro. La saggezza è radicata in loro. Essi danno origine alle intuizioni che volgono la nostra attenzione al tesoro con cui siamo stati benedetti. Ci ispirano a compiere lo sforzo di spazzar via l'ignoranza di molte vite e diventare amici della luce del Sé. Per mia esperienza, gli insegnamenti di Gurumayi sono sempre pertinenti con l'argomento in questione, e ci aiutano sempre a raggiungere la nostra meta finale della liberazione.

Ho compreso che una delle azioni più benefiche che posso compiere per me stessa è quella di prendermi il tempo necessario per contemplare gli insegnamenti di Gurumayi. Ogni giorno cerco i modi per portare gli insegnamenti di Gurumayi nella mia vita. Questo è diventato un modo davvero gioioso di affrontare la vita. Ogni volta che rifletto sulle parole di Gurumayi, ogni volta che applico ciò che ho imparato dai suoi insegnamenti, mi sento come se mi immergessi in un corso d'acqua fresca e tranquilla. La mia comprensione è rinvigorita. La mia prospettiva è rinnovata. I miei pensieri sono elevati. Prendo energia dal mio essere felice, mi sento sicura, ispirata e in pace. Ogni insegnamento di Gurumayi mi dà la forza di sapere che qualsiasi dolore e sofferenza mi troverò ad affrontare, aprirà le porte all'amore. Se in qualche momento mi sento depressa o schiacciata, so che l'amore mi terrà su e mi concederà il *darshan* della pura natura di Dio.

Questa è la mia considerazione dell'amore del Guru, e vi ringrazio tutti per averla letta. L'ho condivisa con voi come un modo per presentarvi *Amore in Azione* di Gurumayi per il 2020, che ora spiegherò in dettaglio.

Amore in azione 2020 descrive come Gurumayi vede la terra. In questo bellissimo dipinto animato e narrativo, la terra viene lenita, e poi ristorata, rigenerata e portata in equilibrio e armonia. In un tempo in cui gran parte di questa terra sta cercando sollievo dalla spietatezza degli elementi e dall'imprevedibilità della malattia, questo dipinto ritrae un'oasi dove ogni cosa lavora in concordia. È un ambiente in cui fiorisce la vita, in cui la mano dolce e creativa di Dio è visibile in tutta la bellezza della natura e nell'abbondanza divina. Almeno in quei pochi momenti in cui siete in contatto con questo dipinto dell'amore, sentirete un po' di sollievo dal frastuono della vostra mente.

Gli insegnamenti di Gurumayi sono inseriti nelle immagini di *Amore in azione*, insieme a insegnamenti, massime e proverbi di molti grandi saggi e santi, poeti e scrittori di tutto il mondo. Tutti gli insegnamenti che ha scelto Gurumayi si riferiscono all'amore—alle molte sfaccettature e dimensioni dell'amore, e a come appare l'amore quando lo manifestiamo in questo mondo. Gli insegnamenti evocano inoltre le qualità delle specifiche immagini a cui corrispondono: piante, animali, gemme, il *kalash* di un tempio. Ci ricordano tutto ciò che questo mondo ha da darci, e tutto ciò che abbiamo da imparare da questo vibrante e pulsante universo. Presi insieme al dipinto stesso, gli insegnamenti ci danno un'idea di come possiamo rendere questo mondo un paradiso migliore.

Ho scoperto che *Amore in azione* rivela che, quando applichiamo questi insegnamenti nella vita quotidiana, quando permettiamo alla fragranza di questi insegnamenti di riempire ogni cellula del nostro essere, gli effetti sono immediati. Dando il meglio di noi stessi, assumendoci la

responsabilità di proteggere il nostro pianeta e ricostruendo la sua bellezza, riusciamo a connetterci profondamente con la terra. Siamo in grado di riconoscere che ogni momento della vita è in realtà un dono prezioso. Su questa terra possiamo scoprire il sentiero che ci porta al nostro santuario. Su questa terra possiamo imparare a trovare l'amore, a sforzarci di riconoscere, accettare e apprezzare l'amore nelle sue varie forme. Davvero, questa terra è meravigliosa. È nutriente per il nostro essere. È calmante. E possiede una bellezza sorprendente.

Vorrei invitarvi personalmente a impegnarvi con *Amore in azione* di Gurumayi per il 2020. Spero che, facendolo, comprendiate la profonda saggezza connaturata in questo dipinto. Inoltre, quando tutti insieme visualizziamo un mondo in cui la terra, le acque e tutte le creature sono protette—

quando abbiamo l'intenzione,

il desiderio,

la visione,

il sogno

e la preghiera

che l'intera terra

sia nutrita e salvaguardata,

ciò costituirà un esempio per la prossima generazione, per quella successiva e per tutte le altre. Esse aspireranno a fare del proprio meglio.

Aspireranno a dare il meglio di sé. Anche loro aspireranno a incarnare *amore in azione*.

Gli esseri umani hanno dimostrato molte volte, nel corso della storia, che possiamo ottenere moltissimo quando attingiamo all'energia positiva che esiste all'interno di ognuno di noi. Ci influenziamo a vicenda, e influenziamo il nostro ambiente. Non vedo l'ora di sperimentare il cambiamento che sono certa di

sentire nell'esplorare *Amore in Azione* insieme a centinaia e migliaia di voi in tutto il mondo. Conservo in me l'immagine di ognuno di noi che esplora *Amore in Azione* nello stesso momento. Conservo l'immagine di ognuno di noi che diviene una cosa sola con l'amore compassionevole del Guru e, quando abbiamo accesso al nostro stato di amore, condividiamo questo amore con il resto del mondo.



Il Cuore è il centro di tutti i luoghi sacri. Vai lì ed esplora.

~ Bhagavan Nityananda



Se provi amore, sappi che sei speciale.
Se sei speciale, sappi che provi amore

~ Gurumayi Chidvilasananda



Come il tesoro che è nascosto sottoterra,
e il sapore contenuto nel frutto,
come l'oro che è incorporato nella pietra,
e l'olio nascosto nel seme di sesamo,
come lo splendore del fuoco celato nel legno,
tu, o Chennamallikarjuna —
o Signore, bianco come i fiori di gelsomino —
sei l'Assoluto,
e la grandezza del tuo essere,
coperta com'è dalle fluttuanti emozioni,
sfugge alla percezione.

~ Akkamahadevi,
poeta-santo dell'India del dodicesimo secolo



Verrà anche il mio turno:
già sento frullare l'ala.

~ Osip Mandelstam, poeta russo (1891-1938)



Il giorno in cui sei nato, sono nati tutti i fiori.

~ Canzone di compleanno tradizionale messicana



Le acque pure e sacre del divino Gange
che affiorano dal cielo lassù, e sembrano rompere in due l'universo,
che scivolano tra i riccioli del Signore Shiva
e scorrono fra le grotte e gli alberi del Monte Meru —
possano queste acque cadere torrenziali sulla terra.
Possano lavar via i peccati di tutti
e far straripare gli oceani e i mari.

La Dea Ganga,
il fiume sacro che attraversa la città degli dei,
dispensi le sue benedizioni su tutti noi.

~ Adi Shankaracharya,
illustre saggio indiano dell'ottavo secolo.



Il mondo nasce per ognun che nasce al mondo.
E in ciò è il mistero della tua essenza e della tua funzione.
Tu sei antichissimo, o fanciullo!
E vecchissimo è il mondo che tu vedi nuovamente!

~ Giovanni Pascoli (1855-1912),
poeta e studioso classico italiano



Le lacrime sono fasci d'amore.

~ Detto hawaiano



I salici sono verdi, i fiori sono cremisi.

~ Proverbio giapponese



Tutto è diventato nuovo per me,
da quando Siddhanath ha cambiato la mia vita.

La mia mente è nuova,
la luna è nuova,
il sole è nuovo.

Il mondo intero
appare fresco e nuovo
come lavato con acqua.

Da quando ho lavato la mia mente e il corpo
col sapone di *So'ham*,
sono diventata come nuova.
Sono trasformata.

Ora Lalli è diventata
la grande Shakti,

che esulta di beatitudine.

~ Lalleshwari, poeta-santa del Kashmir
del quattordicesimo secolo
Traduzione inglese di Gurumayi Chidvilasananda



Trascorsi i miei giorni là, in silenzio, circondato da piccole cose. E fui felice.

~ Manoel de Barros (1916-2014), poeta brasiliano



C'è un amore infinito all'interno.

Questo è sommamente vero.

Inspiriamo ed espiriamo grazie alla sua pulsazione.

Il *prana* circola nel corpo grazie al palpito d'amore.

È l'amore che ha dato agli occhi la capacità di percepire le forme.

Quest'amore indipendente è beatitudine eterna.

È la dimora dei Siddha.

~ Baba Muktananda



Lascia che la tua vita danzi leggera sui bordi del Tempo
come rugiada sulla punta di una foglia.

~ Rabindranath Tagore (1861-1941),
poeta indiano del Bengala



Imbattuto dalla pioggia
Non domato dal vento
Libero dall'avidità
Privo d'ira
Sempre sereno e sorridente

~ Kenji Miyazawa (1896-1933),
romanziera e poeta giapponese



Che tu possa sperimentare il mondo così com'è—custodito nel cuore di Dio.

~ Gurumayi Chidvilasananda



Un viaggio di mille miglia inizia con un singolo passo.

~ Lao Tzu, filosofo e scrittore cinese,
sesto secolo a.C.



Percorri la via del cuore.

~ Proverbio tedesco



Molto tempo prima, ho conosciuto il suono di quei passi.
Ti riconosco, o vita, da lontano.

~ Firaq Gorakhpuri (1896-1982),
poeta urdu dell'India



Cammina dritto
e presto ti unirai
al supremo Shiva.
Lalli ha seguito questa strada
e lo ha trovato.

~ Laleshwari, poeta-santa del Kashmir
del quattordicesimo secolo
Traduzione inglese di Gurumayi Chidvilasananda



Proprio come un ragno srotola il filo di seta
e lo riassorbe dentro di sé,

proprio come la terra dà vita alle erbe,
e a tanti alberi e piante curative,
proprio come peli e capelli crescono dal corpo dell'essere umano,
così l'intero creato, questo mondo manifesto,
nasce da Colui che è immortale.

~ *Mundaka Upanishad 1.1.7*



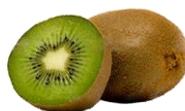
Riposa la mente sulla foglia della pace.
Riposa lo sguardo sul fiore dell'amore.
Lascia che siano, e sii con loro.

~ Gurumayi Chidvilasananda



Il cielo è alto così che gli uccelli possano volare liberamente.

~ Yuan Lan, monaco buddista cinese
dell'ottavo secolo



All'inizio c'era solo un seme.

Questo seme è germogliato, e un alberello è cresciuto.

Dal grembo di un seme innumerevoli alberi sono spuntati.

E da questi alberi, miriadi di fiori e frutti sono venuti.

O tu che sei infinito,

o tu che pervadi il mondo intero,

hai assunto tante forme diverse.

Eppure, alla fine, tu, o Signore, sei uno solo.

~ Shantaram Athavale (1910-1981),

Poeta, paroliere e regista marathi dell'India



O Arjuna,

io sono la luna, un lago di nettare che si muove nel cielo.

Con raggi che scendono in flussi inesauribili,

nutro tutta la vegetazione.

Così, matura ogni tipo di raccolto

che dà nutrimento a ogni creatura vivente.

~ Jnaneshvar Maharaj,
poeta-santo del Maharashtra del tredicesimo secolo



Ruhe (tedesco) "pace, calma, riposo, silenzio"
हळुवार (marathi) "gentile, morbido, dolce, amorevole"
Мир — мир (russo) "pace al mondo"
અમન (gujarati) "pace, armonia"



Pensare a voi rende nuovo il mio mondo.

~ Gurumayi Chidvilasananda



Mary Kawena Pukui (trad.), *Olelo Noeau: Hawaiian Proverbs and Poetical Sayings* (Honolulu, HI: Bishop Museum Press, 1983), saying #2750.

Rabindranath Tagore, *The Mystic Poets* (Nashville, TN: Skylight Paths, 2004), pag. 52.

© 2020 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.