

Meditazione sulle parole di Gurumayi

Mahashivaratri

di Eesha Sardesai

“Io sono Shiva, Shiva è il migliore”

Verso la fine del *satsang* Siddha Yoga in onore di Mahashivaratri, poco prima della conclusione della diretta video, Gurumayi ha dato a tutti una bellissima indicazione. Ci ha detto di sperimentare l'insegnamento: “Io sono Shiva, Shiva è il migliore”.

È una frase che mi ha colpito immediatamente, perché è così rappresentativa di Gurumayi e del modo in cui insegna. Era come un sutra: coinvolgente, misterioso, ricco di saggezza e completo in sé stesso. Mi sono ricordata, ancora una volta, tutto ciò per cui dobbiamo essere grati nel sentiero del Siddha Yoga. Abbiamo un Guru vivente, che ci impartisce costantemente i suoi insegnamenti. Anche una sola frase, quando è pronunciata dal nostro Guru, ha il potere di trasformare il nostro approccio alla vita. Sta a noi, quindi, onorare ciò che ci è stato donato, contemplare gli insegnamenti del Guru e mettere in pratica la conoscenza che acquisiamo.

Dunque ho continuato a riflettere, fin dal *satsang* di Mahashivaratri, su questo insegnamento di Gurumayi. Cosa significa che il Signore Shiva è il migliore? Cosa significa dire: “Io sono Shiva, Shiva è il migliore”? Perché è così benefico tenere a mente queste parole, sperimentarne la verità?

Per prima cosa mi sono venuti in mente i molti nomi di Shiva, alcuni dei quali ho già citato in “Meditazione sulle parole di Gurumayi”. Una parte consistente degli oltre mille epiteti del Signore Shiva riguarda, molto semplicemente, il suo essere il *migliore*. Egli è Maheshvara, il grande Signore, il Signore di tutto. È Parameshvara, il Signore supremo, la più grande delle divinità. È Vishvanatha, il signore dell'universo, e Ishana, il grande sovrano, il signore che presiede a tutta la conoscenza. È Shivatara, più propizio di tutto ciò che è propizio.

Questi nomi vengono invocati dai devoti dal Signore Shiva per lodarlo, pregarlo e

chiedere le sue benedizioni. Quindi, in un certo senso, questo linguaggio che descrive il Signore Shiva come il migliore, come più grande e più propizio di tutto il resto, è un'espressione della devozione delle persone. Se avete scelto il Signore Shiva come *vostra* divinità, allora è ovvio che pensiate che sia il migliore!

Mentre contemplavo, però, ho pensato che sarebbe stato utile avere una visione più ampia della questione: considerare, da un punto di vista più filosofico, cosa possa significare il superlativo *il migliore* quando si parla di Shiva. Secondo le scritture dell'India, il Signore Shiva è l'incarnazione della Coscienza suprema. Egli è la Realtà assoluta. Non c'è nulla e *nessuno* al di fuori di lui, quindi, per definizione, non può esserci niente di più grande di lui. Egli è la pura essenza di tutto ciò che è, che è stato e che sarà.

Più ci pensavo, più dovevo sforzarmi di non restare a bocca aperta. È una verità sbalorditiva, dalla portata letteralmente cosmica. Questo è uno dei motivi per cui sono stata così attratta dall'espressione di Gurumayi: "Io sono Shiva, Shiva è il migliore". Gurumayi rende il concetto, per così dire, più concreto. Lo rende accessibile, comprensibile, qualcosa con cui possiamo interagire. Descrivere qualcuno o qualcosa come "il migliore" significa attribuire un aggettivo teneramente colloquiale. Per esperienza personale, ogni volta che ho usato questa frase riferendomi a qualcuno che conosco, è stata accompagnata da un'onda di affetto nei suoi confronti e da una viscerale sensazione di vicinanza. È semplicemente *la migliore*. Nessun'altra parola è sufficiente. Nessun'altra parola rende giustizia su chi è quella persona e su ciò che significa per me.

Quando Gurumayi dice "Shiva è il migliore", sento che ci sta mostrando che possiamo collegare queste due realtà complementari. Il Signore Shiva è il più grande, il più alto, la Realtà suprema. È anche il migliore *verso di noi*, per noi, tanto vicino e caro quanto il nostro Sé interiore.

E questo mi porta all'altra parte della frase che Gurumayi ha pronunciato nel *satsang*: "Io sono Shiva, Shiva è il migliore". Vedo queste parole, e la pratica di portarle alla mente, quasi come una sorta di sfida amichevole. Come sarebbe se vedessimo in noi gli stessi attributi che esaltiamo nel Signore Shiva? O se almeno credessimo di essere

capaci di coltivare e manifestare quegli attributi? E se provassimo per noi lo stesso affetto e rispetto che proviamo per coloro che facilmente definiamo “i migliori”?

Non posso fare a meno di pensare che, se tutti noi lo facessimo insieme, metteremmo in pratica l’insegnamento centrale del *satsang*. *Accresceremmo i buoni auspici*. La pace, come abbiamo imparato da Gurumayi, inizia da noi, dal tipo di atmosfera che coltiviamo dentro di noi. Se riusciamo a credere nel meglio di noi stessi, se riusciamo a vedere la verità di chi siamo, dentro e nel mezzo delle nostre originali propensioni, delle nostre instabili emozioni, delle nostre storie personali, dei nostri particolari modi di pensare e di agire, allora è molto più facile avere fede nel meglio di chi sta attorno a noi. È ancora più possibile scorgere che il Signore che dimora in noi pervade anche il nostro mondo esterno.

Come cantiamo nei mantra *Om Purnamadah*:

Om. Quello è perfetto. Questo è perfetto.

Dal perfetto nasce il perfetto.

Se dal perfetto si toglie il perfetto,
il perfetto rimane.

Om. Pace! Pace! Pace!

Ora che abbiamo invocato il Signore Shiva nella sua forma più trascendente, vorrei chiedervi: quali passi avete compiuto consapevolmente per accrescere gli aspetti propizi della vostra vita quotidiana? Avete dedicato del tempo nella vostra giornata, specialmente dopo il *satsang* con Gurumayi in onore di Mahashivaratri, a coltivare la consapevolezza di “Io sono Shiva”?

Se sì, in che modo questo nobile sforzo ha trasformato la vostra *sadhana*? Le persone che fanno parte della vostra vita hanno notato qualcosa di diverso in voi? Vi hanno detto quanto li arricchisce stare in vostra compagnia?

