

Un tempo di infinite benedizioni

Punyatithi di Bhagavan Nityananda

di Eesha Sardesai

Nella mia introduzione al mese di agosto nel sentiero Siddha Yoga, ho condiviso che Gurumayi ha indicato la meditazione e il *mantra japa* quali pratiche centrali per questo mese. Possiamo quindi individuare dei collegamenti tra esse e ognuna delle festività Siddha Yoga di agosto.

La prima festività è il Punyatithi di Bhagavan Nityananda. Nel calendario solare, il Punyatithi di Bade Baba cade l'8 agosto, mentre il *punyatithi* lunare è il giorno dopo, 9 agosto. Come ho spiegato nella mia introduzione di agosto, il Punyatithi di Bade Baba è l'anniversario della sua dipartita, il giorno del 1961 in cui lasciò il corpo fisico e si fuse con la Coscienza suprema. Nel testo scritturale *Vivekachudamani*, il grande saggio Adi Shankaracharya fornisce un'analogia che può aiutarci a comprendere meglio cosa significa quando un essere realizzato muore. Adi Shankaracharya dice:

Quando un vaso di terracotta si rompe, lo spazio al suo interno diventa tutt'uno con lo spazio illimitato all'esterno. Allo stesso modo, quando l'apparenza esteriore si dissolve, colui che conosce Brahman diventa Brahman stesso.¹

Bade Baba è, era e sarà per sempre tutt'uno con la Coscienza suprema che pervade il mondo. Il corpo è transitorio; la *guru-shakti* non lo è. Ecco perché la presenza di Bade Baba e le sue benedizioni restano con noi in modo tanto vibrante sessantacinque anni dopo. (Per saperne di più su perché nella tradizione indiana e nel sentiero Siddha Yoga celebriamo il *punyatithi* di un grande essere, vi invito a leggere sul sito web l'esposizione su questo argomento).

Quando penso a Bade Baba, soprattutto in occasione del suo *punyatithi*, spesso la mia mente va alla bellissima poesia di Gurumayi *Un tempio senza forma*. In questa poesia, Gurumayi dice che l'intero universo è il Tempio di Bade Baba, e che possiamo, ad

esempio, ricevere il *darshan* di Bade Baba nella bellezza della natura. Fare questo, spiega Gurumayi, “è meditare con gli occhi aperti”.

Ricordo lo stupore che ho provato quando ho letto per la prima volta questa poesia di Gurumayi. Ha ampliato la mia comprensione di chi è ed era Bade Baba, e anche la mia percezione di cosa possa essere la meditazione Siddha Yoga. È una pratica per la quale non è necessario allontanarci dal nostro mondo. Possiamo meditare dentro e in mezzo a questo mondo; in realtà, la nostra pratica di meditazione può esserne *ispirata*. Nella sua poesia, Gurumayi fa moltissimi esempi di cose della natura – e persino di cose create dall’uomo – attraverso cui possiamo connetterci alla presenza di Bade Baba. In tutte queste cose possiamo percepire una Coscienza sottostante, la stessa energia che cerchiamo e che tentiamo di toccare quando meditiamo.

Naturalmente, potrebbe volerci un certo sforzo per vedere il mondo in tal modo; per udire il silenzio nel suono, la calma che sostiene l’attività. Per questo motivo, siamo incredibilmente fortunati che nel sentiero Siddha Yoga il Guru ci abbia dato uno strumento diretto per accedere a quella consapevolezza. Ci è stato dato il mantra *Om Namah Shivaya*.

Bade Baba impartiva questo mantra ai cercatori che venivano dinanzi a lui. Notoriamente, fu proprio tramite la sua trasmissione del mantra che Baba Muktananda ricevette l’iniziazione *shaktipat*. Bade Baba insegnò che tra i molti frutti della ripetizione del mantra vi era l’esperienza dell’unità, cioè l’unità con Dio, l’unità con il Guru, l’unità tra il mondo esteriore e quello interiore di ciascuno.

Ciò che amo del *mantra japa* è che si tratta di una pratica che possiamo fare praticamente ovunque. Ed è spesso quando porto il mantra *con me*, per così dire – quando lo ricordo e lo ripeto nella vita quotidiana – che ho dei barlumi di quell’unità di cui parla Bade Baba. Penso, ad esempio, che Gurumayi ci ha esortato a fare delle passeggiate di *japa*. Ci ha persino invitato a unirci *a lei* in una passeggiata di *japa*, tramite il sito web del sentiero Siddha Yoga! Mi succede che mentre cammino e ripeto silenziosamente il mantra, alla fine inizio a sentire come se il mantra emanasse da ogni dove e da nessun luogo. È negli alberi che frusciano al vento. È nella luce del sole che

danza sulla superficie dell'acqua. È nel suono dei miei passi e nel battito del mio cuore. Si rivela in tutte le innumerevoli forme che mi circondano.

È liberatorio – non è vero? – che la nostra pratica spirituale non dipenda dal fatto che l'ambiente intorno sia sempre perfettamente immobile e silenzioso. Le scritture indiane ci dicono che il mondo stesso emerge da una propulsione sonora, dal suono primordiale *AUM*. Di recente, ho imparato da Gurumayi che persino i fiori emettono un suono quando sbocciano. La frequenza di quel suono va oltre ciò che possiamo udire con le orecchie, eppure è lì; a un certo livello, risuona. Questa è una conoscenza meravigliosa e ispirante da tenere a mente in occasione del Punyatithi di Bhagavan Nityananda, mentre osserviamo il nostro mondo e ricordiamo che tutto è dimora di Bade Baba, il suo Tempio, l'informe che ha assunto una miriade di forme.



© 2026 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ *Viveka-chudamani*, strofa 565; traduzione © 2026 SYDA Foundation®.