

## Per amore della poesia di Eesha Sardesai

La poesia è un linguaggio universale.

Come a dire: nella poesia il cosmo trova la sua espressione innata. Il cosmo non può essere racchiuso, nemmeno per un secondo. La sua natura richiede che emerga e si espanda, che emerga ancora un po' e che si espanda ulteriormente.

L'universo ha un ritmo. Il ritmo è stato stabilito all'inizio del tempo e ha continuato a farsi sentire, lungo gli eoni trascorsi da quando è sorto lo *spanda* iniziale, ha insistito per essere ascoltato.

Questo suono, a sua volta, ispira la geometria del nostro mondo, gli atomi e le molecole in cui tutto è organizzato. Nelle forme e nelle strutture, nei modelli e nei frattali che definiscono questa creazione, il battito primordiale ha trovato una rappresentazione visiva.

Dico tutto questo come preambolo per ciò che sto per condividere con voi, ovvero gli Auguri di Buone Feste di Gurumayi per il 2022.

\*\*\*

Inizierò brevemente con il contesto. Nel 2011, su richiesta di Gurumayi, la SYDA Foundation ha rilanciato il sito web del sentiero Siddha Yoga. E poi, quasi ogni anno dal 2012, abbiamo avuto l'immensa benedizione di ricevere gli Auguri di Buone feste di Gurumayi.

I Siddha Yogi aspettano con trepidazione di ricevere gli Auguri di Buone Feste considerandoli il loro regalo di Natale personale da parte di Gurumayi. Perché dico "personale"? Perché anche se riceviamo tutti gli stessi Auguri di Buone Feste, per ognuno di noi è un'esperienza unica.

In molti avete condiviso sul sito web del sentiero Siddha Yoga cosa significhi questo dono di Gurumayi, come lo vivete, come lo percepite. Mi è sempre piaciuto leggere ciò che condividete e sono assolutamente d'accordo con voi quando dite che gli Auguri di Gurumayi sono poesia. Sono musica. Sono arte. Sono un annuncio del periodo natalizio, e un distillato di tutti suoi aspetti migliori: la gioia senza tensioni, la pace senza inquietudine, il sussurro che c'è qualcosa di più in questo mondo, qualcosa di dorato e magico.

Voi, cari compagni Siddha Yogi, avete descritto gli Auguri di Buone Feste di Gurumayi come “un viaggio poetico per entrare nel Cuore”. Avete detto che riceverli è “come fare un bagno sacro in acque scintillanti”. Avete detto che “esprimono visivamente ciò che la grazia e gli insegnamenti del Guru del Siddha Yoga fanno per il mondo” e che “fin dalla prima nota della musica, avete avuto il *darshan* di Gurumayi”. Avete condiviso le intuizioni che sono emerse, gli insegnamenti che avete ricordato e le poesie che sono nate dall'interno. Una persona, ad esempio, in risposta agli Auguri di Gurumayi nel 2016, ha scritto questo:

*L'amore emerge dal silenzio  
manifestandosi in una miriade di forme:  
oceani di blu vellutato,  
stelle luminose,  
scintillante luce dorata,  
spirali, diamanti, cerchi,  
lettere, linguaggio e significato:  
tutto esprime la pienezza del cuore.  
Poi  
l'amore ritorna alla quiete,  
la mente e il corpo tornano a Dio.*

Non so quanti di voi ne siano a conoscenza, ma gli Auguri di Buone Feste di Gurumayi sono progettati e diretti interamente da Gurumayi. Questo comporta un grande impegno da parte sua, molte ore di lavoro per garantire che la sua visione si manifesti.

Ogni aspetto degli Auguri, inoltre, è stato creato pensando a voi spettatori. Voi siete *sempre* importanti per Gurumayi. Indipendentemente da ciò che pensate di voi stessi, Gurumayi vi tiene in grande considerazione.

Ho avuto molte volte nel corso degli anni il privilegio di sentire Gurumayi parlare di come pensa a voi, alla vostra *sadhana*, alle vostre realtà ed esperienze, quando crea gli Auguri. Non entrerò troppo nei dettagli, perché ciò richiederebbe diverse ore del vostro tempo, ma condividerò un esempio significativo.

Nel 2020 Gurumayi era consapevole del fatto che le persone avessero trascorso una gran parte dell'anno a casa, visto tutto ciò che era stato riportato dai media sulle quarantene in molti Paesi e su altre limitazioni ai viaggi. Gurumayi era in pensiero per gli effetti che questo, e in particolare la mancanza d'interazione sociale, avrebbe potuto avere sulla psiche delle persone. Per questo motivo, negli Auguri di quell'anno, Gurumayi scelse di farvi vivere l'esperienza di un pellegrinaggio: un viaggio di otto minuti, che vi condusse lungo un sentiero alberato, una strada sinuosa illuminata da lampioni, fino alla cima di un'imponente montagna azzurra, mentre il sole saliva a spirale dall'orizzonte.

Gurumayi volle ricreare la sensazione dei pellegrinaggi che lei aveva fatto durante le sue Visite d'Insegnamento, ad esempio i pellegrinaggi che aveva fatto in Messico, India, Giappone e Australia. In questo modo, anche se non potevate fisicamente prendere l'aereo durante le vacanze, non dovevate sentirvi tristi. Potevate comunque respirare liberamente e ricordare che, a prescindere da tutto, la vostra divinità è illimitata. Gurumayi vi stava insegnando che, anche quando sembra che la vostra realtà sia limitata, anche quando la mente è in subbuglio e siete preoccupati per l'oscurità che sembra incombere sul futuro, potete ricordare che la luce dentro di voi non si eclisserà mai.

Dato che Gurumayi investe *così* tanto nella creazione dei suoi Auguri di Buone Feste, dovremmo avere la consapevolezza che qui c'è molto da ricevere, da accogliere, con cui stare. Per quanto mi riguarda, trovo sempre che negli Auguri di Buone Feste c'è molto più di quel che si vede. Per me, non è facile da descrivere, riassumere o sintetizzare.

Una cosa che posso dire con certezza, però, è che gli Auguri sono *sempre* un viaggio. A volte il viaggio sarà rappresentato in modo più letterale, come nel 2020; altre volte sarà un po' più simbolico, più impressionistico, più immediatamente poetico. Ciò che è importante ricordare è che per tutti i colori, le forme e le trame che vedete, per tutte le parole che appaiono e scompaiono, e per la musica che come un vortice attraversa ogni cosa, si tratta di un viaggio *interiore* in cui Gurumayi vi sta guidando. È il vostro pellegrinaggio speciale, progettato per voi dal vostro amato Guru.

Durante il processo di elaborazione, gli Auguri di Buone Feste vengono visionati spesso, e Gurumayi condivide le sue impressioni con gli esperti che stanno offrendo *seva* in questa creazione, e parla di come le immagini e gli insegnamenti illumineranno la *sadhana* delle persone. Quest'anno, per la prima volta, Gurumayi chiede che una delle sue esperienze sia condivisa sul sito web del sentiero Siddha Yoga.

Questa esperienza non è solo un'espressione della saggezza di Gurumayi; ha lo scopo di servirvi da ispirazione. Gurumayi ha spiegato che molte persone hanno esperienze profonde nel ricevere la sua saggezza, ma non ne prendono nota, o perché non ne hanno il tempo o perché non riconoscono il valore di ciò che stanno provando. Di conseguenza, quelle esperienze perdono velocemente chiarezza e vividezza, e le persone hanno difficoltà a ricordarle. Per questo è fondamentale che tutti noi scriviamo le nostre esperienze degli insegnamenti di cui riceviamo il *darshan*, gli insegnamenti che prendiamo a cuore e pratichiamo. Sono fermamente convinta che Gurumayi vorrebbe che potessimo trarre grande piacere dal nostro tesoro interiore.

Durante una delle sessioni in cui Gurumayi dava le sue indicazioni per gli Auguri di Buone Feste, due delle meravigliose persone che lavoravano al progetto, mostravano a Gurumayi ciò che avevano fatto per realizzare la sua visione. In seguito Gurumayi disse loro di essere soddisfatta, perché avevano capito l'essenza delle sue parole e delle sue idee; avevano compreso ciò che lei voleva che creassero. Gurumayi ha spiegato che poteva dire questo con certezza perché, mentre guardava gli Auguri, avevano cominciato a sgorgare in lei, come una fontana, le parole di una poesia, che prendevano il sostegno del ritmo del suo respiro.

Gurumayi ha detto: "Sembrava che una preghiera al mio Guru, Baba Muktananda, stesse sorgendo da dentro di me, mentre guardavo il mio desiderio divenire manifesto—il desiderio di trasmettere al mondo i miei auguri per queste feste natalizie".

Potete leggere la poesia di Gurumayi, "Una preghiera per il mio Guru", sul sito web del sentiero Siddha Yoga. E c'è una cosa importante che vorrei farvi notare: l'ellissi che c'è alla fine, la serie di punti che si perde leggera nell'etere, rinunciando a una conclusione più definitiva. Questa ellissi è stata, ovviamente, una scelta deliberata. Gurumayi ha condiviso che è un'indicazione di come la poesia continui a muoversi, ad evolversi e ad espandersi.

"Questa poesia", ha detto Gurumayi, "è come una cometa che si inarca nella volta del cielo; è come un fiume che scorre senza fine. Le sue parole potrebbero propagarsi per tutta la circonferenza della Terra e ancora, nell'infinito, nell'eternità, continuerà a scorrere. Questo è il potere della grazia del Guru, e di una vita dedicata alla *sadhana*".

\*\*\*

Ed eccoci qui: il 1° dicembre abbiamo ricevuto gli Auguri di Buone Feste di Gurumayi per il 2022, e abbiamo letto l'esperienza di Gurumayi di questi Auguri, espressa in una poesia, che è immensa, in tutti i sensi. Con questa abbondanza di saggezza e di benedizioni davanti a noi, sto pensando che magari *voi* penserete: e ora che facciamo?

Permettetemi di dare un suggerimento. (E sì, va bene, ammetto che *forse* sono arrivata pronta a dare questo suggerimento, e che *forse* aspettavo con trepidazione il momento in cui avrei potuto finalmente dividerlo. Cosa posso dire? Ne sono *così* entusiasta!).

Suggerisco a voi e a me, a tutti noi, di trovare il tempo per scrivere le nostre poesie sugli Auguri di Buone Feste.

Ricordate: una delle cose più belle dello scrivere poesie è che non siamo obbligati a

raggiungere un certo numero di parole. La vostra poesia non dev'essere una tesi di laurea, non dev'essere un dramma in quattro parti, o un poema epico come l'*Illiade* o il *Mahabharata*. Può essere composta giusto da qualche parola. La poesia è come un sutra. Racchiude il *rasa* delle nostre esperienze.

Recentemente, un bambino ha condiviso con me la sua risposta agli Auguri di Buone Feste di Gurumayi per il 2022. Si trattava di un video che sua madre aveva registrato e nel quale lui cantava una poesia che aveva composto spontaneamente dopo aver visto gli Auguri. "Tu sei il mio Guru, come il sole che sorge!", cantava raggianti. Cantò di nuovo questo verso - e poi una terza volta - con la voce che diventava più forte, più vivace, più esultante ad ogni ripetizione. "Tu sei il mio Guru, come il sole che sorge! Tu sei il mio Guru, come il sole che sorge!"

Il bambino non sapeva che Gurumayi aveva espresso una sua esperienza degli Auguri in forma di poesia, né sapeva che anche tutti noi avremmo scritto poesie. Ciò che è scaturito istintivamente dal suo interno è semplicemente poesia. Era l'espressione intuitiva della sua esperienza.

Possiamo pensare, allora, che la poesia sia già qui per noi, che esista già dentro di noi, in tutta la sua purezza e profondità. Il nostro compito, forse, è quello di scoprire queste parole e di onorarle mettendo la nostra poesia per iscritto.

E una volta che abbiamo scritto le nostre poesie, cosa ne facciamo? Alcuni di voi capiranno dove sto per arrivare. Possiamo, naturalmente, condividere queste poesie tra di noi! Un modo per farlo è inviarle al sito web del sentiero Siddha Yoga.

Ora, che pensiate di aver scritto un capolavoro—un grande esempio di poesia, la crème de la crème di versi lirici—o che vi siate in qualche modo convinti che quel che avete non è meglio di una banale filastrocca, vi incoraggio a inviare le vostre poesie. Ho uno scoop da fonte sicura (😊) che alcune di esse saranno scelte per essere condivise con il mondo. E non si sa mai: una di quelle poesie potrebbe essere la vostra!

Vorrei dare un altro suggerimento: nei giorni e nelle settimane a venire, tornate a rileggere le poesie che avete scritto. Questo vi aiuterà a ricordare e ad ampliare le

vostre esperienze iniziali degli Auguri. E se volete scrivere di più, continuate pure a farlo. Fate uscire l'usignolo che è in voi! Datevi questa opportunità di scoprire quanta saggezza vuole emergere ed espandersi dal vostro essere - ed emergere ancora, ed espandersi oltre.

Come Gurumayi ci ha detto più volte: "Voi siete *grandi*".



© 2022 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.