

**Intensivo Shaktipat Siddha Yoga**  
**in onore del Mahasamadhi di Baba Muktananda**  
**ottobre 2023**

1° settembre 2023

Cari lettori,

*Namaste!*

Settembre annuncia un cambio di stagione. È un periodo naturale per assimilare ciò che avete appreso e per prepararvi a ciò che verrà. Nel sentiero Siddha Yoga, ora è tempo di prepararsi a uno degli eventi più importanti dell'anno: l'Intensivo Shaktipat Siddha Yoga in onore del Mahasamadhi di Baba Muktananda.

L'anniversario solare del Mahasamadhi di Baba ricorre il 2 ottobre; l'anniversario lunare quest'anno è il 28 ottobre. Nel sentiero Siddha Yoga, onoriamo questo profondo evento durante tutto il mese di ottobre, e partecipando all'Intensivo Shaktipat.

Il titolo e tema di studio che Gurumayi Chidvilasananda ha dato per l'Intensivo Shaktipat Siddha Yoga del 2023 è:

**Il Cuore è il rifugio:  
guarda la luce della gioia e abbraccia la calma**

Dedicate un momento a stare con questo insegnamento di Gurumayi.

\*\*\*

Assaporate e scrivete le vostre prime impressioni.

Nei prossimi giorni continuate a mantenere l'insegnamento di Gurumayi nella vostra consapevolezza. Osservate in che modo le parole di Gurumayi vi parlano.

Questo è un modo potente di prepararvi all'Intensivo Shaktipat.

\*\*\*

L'Intensivo Shaktipat Siddha Yoga è un'immersione di un giorno negli insegnamenti dei Guru del Siddha Yoga e nelle pratiche Siddha Yoga: canto, meditazione e contemplazione. Nell'Intensivo, Gurumayi dispensa *shaktipat-diksha* attraverso il suo *sankalpa*, la sua intenzione, risvegliando Kundalini Shakti all'interno del cercatore. Questo risveglio permette di sperimentare la felicità incrollabile che dimora nel proprio essere, e infine di stabilizzarsi in essa.

Quelli di voi che hanno già partecipato a un Intensivo Shaktipat conoscono il potere dell'Intensivo di connettervi all'esperienza del Sé divino e di ispirarvi nel rivitalizzare i vostri sforzi nella *sadhana*.

\*\*\*

L'Intensivo Shaktipat sarà offerto negli Ashram, nei Centri di meditazione e nei Gruppi di canto e meditazione Siddha Yoga partecipanti, sabato 7 ottobre o domenica 8 ottobre, in base alla località.

Come insegnante di meditazione Siddha Yoga per l'Intensivo di quest'anno, vi invito a prepararvi a partecipare. E non vedo l'ora di stare con voi nell'atmosfera sacra e colma di grazia dell'Intensivo Shaktipat Siddha Yoga 2023.

Cordiali saluti,

Swami Ishwarananda

Insegnante di meditazione Siddha Yoga

