



Insegnamenti di Gurumayi Chidvilasananda

Siate generosi

Satsang per il Sangham Siddha Yoga in India

Mercoledì 1° aprile 2020

Tempio di Bhagavan Nityananda

Shubh Ramanavami! Shubh Vasant Navaratri! Shubh "State nel Tempio"! Questo è il titolo del satsang. *Ātma mandir*, il tempio del Sé.

In questi giorni ogni casa è diventata un tempio. Recentemente ho sentito che, seppure il Tempio Siddhivinayak a Mumbai sia chiuso all'esterno, dentro si continua a offrire la puja, che viene trasmessa dal vivo su internet. E così mi è piaciuto molto guardare il video della puja che veniva compiuta nel Tempio di Siddhivinayak. *Shri gaṇeshāya Namah.*

L'India è il mio paese. Dovunque gli indiani vadano, il loro cuore rimane indiano. Non importa dove sia il corpo, il cuore appartiene all'India.

Pensavo, quando lasceremo questo mondo – e andremo in paradiso, o così speriamo! – forse diremo a Dio: "Noi veniamo dall'India". Il colore dell'India è molto forte. Diciamo che in India alla gente piace il chai *kadak* – gli piace il chai forte. Allo stesso modo, il colore dell'India è *kadak*. È molto forte. Così, forse, quando diremo a Dio che apparteniamo all'India, che proveniamo dall'India, Dio sarà felice di sentirlo.

Perché è solo in India che cantiamo differenti nomi di Dio. È solo in India che adoriamo Dio con nomi differenti. In India abbiamo la comprensione che possiamo adorare Dio in qualsiasi modo, e Dio ne sarà compiaciuto. Come dice il santo Kabir: "Che tu ripeta il nome di Rama con entusiasmo o con pigrizia, almeno ripeti il nome di Rama".

Perché Dio ascolta. Magari noi non siamo consapevoli e vigili, ma Dio lo è. Forse non siamo felici, ma Dio è felice. Forse siamo tristi, ma Dio è sempre nella beatitudine.

Quindi, *prema mudita mana se kaho, Rama, Rama, Rama* – “Con cuore lieto, con cuore colmo d’amore, canta il nome di Rama”. E anche se il tuo cuore è triste, canta lo stesso “*Rama, Rama, Rama*”. Continua sempre a fare *japa* con il nome del Signore Rama.



In questi giorni avete un sacco di tempo per guardare ciò che sorge all’interno, vero? Quando ho sentito dell’isolamento in India, ho chiesto a molte persone: “Come va a tutti quelli che devono stare in casa con persone con cui non vanno d’accordo?” Prima, quando non eri d’accordo con qualcuno, potevi cominciare a litigare oppure potevi semplicemente andare da qualche altra parte. È quello che i bambini imbronciati dicono ai genitori: “Va bene!”, dicono, “Me ne vado! Non ho bisogno di voi!”

Allora lasciate che chieda ai bambini: come ve la passate in questi giorni? Cominciate a litigare con mamma e papà, ma poi tutte le porte dalle quali ve ne andavate di casa sono chiuse. Come vi sentite, ragazzi?

Ricordate che in India diciamo: “Tensione *mat lo*. Non preoccuparti.”? Quindi, qualunque problema incontriamo, qualunque prova e tribolazione affrontiamo, possiamo sempre dire: “Tensione *mat lo*. Non preoccuparti.”

Perché quando siete tesi, quando siete preoccupati, allora l’amore chiede: “C’è spazio per me?” Dov’è lo spazio per l’amore, quando riempiamo il corpo di tensione? Dov’è lo spazio per la gioia, per la felicità, per la pace? Giusto?



Io penso a tutti voi ogni giorno, e questa mattina vi pensavo con un’attenzione speciale. Come ho detto, il corpo può essere in qualunque luogo, ma il cuore – il cuore è indiano. L’India è il mio paese.

Pregavo Bade Baba, chiedendogli cosa avrei dovuto dirvi oggi. Ci stavo pensando attentamente. Tutti stanno provando tanto dolore, tanta sofferenza. Lo sentite in India, e lo si sente in tutto il mondo.

Non c'è luogo, in questi giorni, dove non ci sia sofferenza. Chi segue le regole soffre, e anche chi non segue le regole soffre.

Recentemente ho visto un video girato in India, nel quale un uomo stava andando in bicicletta e tre poliziotti l'hanno inseguito e picchiato. Quando l'ho visto, mi si è stretto il cuore. È stato un colpo per il mio cuore.

Mi sono seduta quieta per qualche minuto e ho mandato il mio amore a quell'uomo. Magari aveva sbagliato, ma forse aveva pensato che non ci fosse nessuno per strada, e che quindi non sarebbe successo niente di male. Non sapeva che c'erano i poliziotti. Lo hanno picchiato in modo davvero brutale.

Dall'altra parte, ci sono quelli che seguono le regole. Alcuni mi hanno detto che sono felici di stare a casa, dato che trovano qualche lavoro o compito da fare, e pensano che farlo sia cosa buona e benefica. Ma ci sono altre persone che considerano la loro casa come una prigione, e così sono infelici.

E poi ci sono quelle persone che non hanno nemmeno una casa. In quale condizione devono stare?

È per questo che dico che il mondo intero è infelice. Non molto tempo fa, gli incendi infuriavano in Australia. Si contorcevano in angoscia – e dico che erano “in angoscia” perché non è che il fuoco volesse causare questo. In ogni modo, è accaduto. Ho sentito che un miliardo e mezzo di animali sono morti in quegli incendi. Quando l'ho letto nei giornali, ho pensato: “Come potremo portare pace alle loro anime? In che modo queste creature hanno dovuto abbandonare la loro vita?”

Quella era la condizione degli animali, e ora è divenuta la condizione degli esseri umani. Così siamo tutti sulla stessa barca.

Nessuno è re, nessuno è mendicante.

Nessuno è intelligente, nessuno è stupido.

Ognuno è nella stessa situazione.

Ognuno ne è toccato.

Quando questa mattina ho chiesto a Bade Baba: “Cosa dovrei dire?”, mi ha dato questa poesia.

In questi giorni c'è meno lavoro
in cui le persone debbano impegnarsi,
meno azione e meno attività.
Ma nella loro mente c'è agitazione.
Nella loro mente c'è tormento.
Eppure, le persone non sono così fiacche.
Non sono così pigre.
Si immergono nella meditazione.
Nella meditazione c'è la vera ebbrezza.

Non vuoi ascoltare, mio caro?
Il sole tramonta dopo una lunga giornata di lavoro.
Ma che ci sia felicità o sofferenza,
che ci sia gioia o dolore,
la luce del Sé rimarrà sempre scintillante.

Ricordate *Ātmā kī Prashānti*. La piena pace del Sé.

Che ci sia amore o rabbia, ricordate *Ātmā kī Prashānti*.



Sapete che oggi il 1° aprile? In tutto il mondo è il giorno del pesce d'aprile! Stamattina ho pensato, “Oh no! Oggi c'è il pesce d'aprile. Forse la gente penserà che è uno scherzo e che non ci sarà davvero un *satsang* con Gurumayi. Spero che non l'abbiate pensato. Ma voi capite. Voi non lo pensereste, perché avete solo amore da esprimere. Non è vero? Sì!

Oggi è il giorno del Pesce d'aprile, (April fool's Day - il giorno degli sciocchi). Guardiamo questa parola: “sciocco”. In India, per qualunque oggetto tu abbia in mano, qualunque parola usi, qualunque cosa tu abbia davanti – ci sono molte cose da dire. Così è con gli “sciocchi”. Le scritture parlano molto degli sciocchi. Dicono che chi non ripete il nome di Dio è uno sciocco; chi non ascolta gli anziani è uno sciocco; è uno sciocco anche chi non ha il *darshan* della luce del Sé, pur se quella luce è sempre presente.

Quando leggete queste cose, dovete sentire un pizzicotto nel cuore – ma cosa farci?

In hindi, la parola per “sciocco” è *moorkh*. C’è anche un’altra parola per questo: *moodha*. In inglese c’è una parola che ha un suono simile: “*mood*”, stato d’animo. Ma non è questo che intendo. Gli indiani dicono: “*Mood theek hai, na?* Sei in un buon stato d’animo?” oppure dicono: “*Mood nahi hai*”, quando *non* sono nello stato d’animo di fare qualcosa”. Parlo di *moodha*, la parola per “sciocco”.

Non appena ho pensato a questa parola, *moodha*, ha cominciato a ronzarmi in testa l’inno *Bhaja Govindam* di Adi Shankaracharya.

*samprāpte sannihite kāle nahi rakṣati dukrñkar aṇe
bhaja govindam bhaja govindam govindam bhaja mūḥamate*

Adi Shankaracharya dice: “O tu che sei legato dall’illusione, canta il nome di Govinda. Ripeti il nome di Govinda. Perché nel momento della morte non è la ripetizione meccanica della conoscenza acquisita dai libri che ti proteggerà”.

Shankaracharya dice di continuo che attraverso il *satsang* potete raggiungere il distacco. Attraverso il distacco, in cambio raggiungete il discernimento. Attraverso il vostro potere di discernimento, raggiungete la conoscenza stabile della vostra vera natura. E attraverso questa conoscenza della vostra vera natura, raggiungete la liberazione. Raggiungete la conoscenza del Sé.

Ātmā kī Prashānti.

Ora sapete che anche il giorno del Pesce d’aprile può essere di buon auspicio, perché vi ricorda di cantare *Bhaja Govindam*. In India c’è questo tipo di *jugād*, creatività. Possiamo rendere propizia ogni cosa. Quindi, anche con ciò che sta accadendo in questi giorni, possiamo creare buoni auspici e diffondere buoni auspici.

Nel *Gioco della Coscienza* Baba Muktananda scrive:

Questa è la mia preghiera a Shri Gurudev!

Che la vita di tutti sia un paradiso.

Che scompaia il futile concetto di “io e mio”,
e sorga nei nostri cuori la conoscenza di Chiti.

Che tutti gli esseri ti adorino sempre con amore e equanimità,
e il movimento del nostro respiro ripeta sempre il mantra So'ham.

Benedicimi, affinché ti adori
con la consapevolezza del Sé di tutti.
Fa' che io abbandoni le distinzioni di razza, religione e lingua,
e mantenga la mia mente pura.
Fa' che io ti veda, Gurunath, nel grande e nel piccolo,
nel sofferente e nel povero, nel nobile e nello stolto.
Dammi una mente semplice, uno spirito umile, e un cuore generoso.
Fa' che io dispensi la vera conoscenza.

Concedimi questo dono, Gurudev:
fa' che io mediti sempre su di te nel tempio del mio cuore.
O Sé di tutti! Fa' che io ami sempre la luce onnipervadente.
E che sia devoto a te, O Guru.
Fa' che la mia consapevolezza sia stabilizzata nella conoscenza, nello yoga e
nella meditazione.

Che io sia sempre un adoratore del Siddha Vidya;
che la mia mente possa fondersi con Chitshakti.
Fa' che io ti veda sempre in Rama, Krishna, Shiva, e Shakti.
E che io viva a Ganeshpuri, dov'è la dimora del tuo Siddha Yoga.
Liberami dalla differenziazione di paese, lingua, setta, e razza,
e donami una visione equanime.
Riempi il mio cuore con le pulsazioni di Nityananda.
Possa la mia mente essere quella di Nityananda.

Fa' che ogni uomo ottenga semplicità, verità, coraggio,
valore, discernimento e splendore.
Che il mondo sia un giardino di gioia per tutti,
con l'albero e la mucca che realizzano i desideri.
Che gli studenti Siddha diventino padroni dei propri sensi
e trovino diletto nel *kriyā yoga*.
O Gurunath! Possa io vederti sempre
all'interno del tempio del cuore umano e sentirmi appagato.

Permettami di assolvere i miei doveri finché c'è vita in questo corpo,
e lascia che ti ricordi costantemente.
Fa' che la mia esistenza sia colma del mio lavoro, Gurunath.
Che io mediti sempre su di te.
O Gurudev! Concedimi almeno questo:
che io sia sempre unito a te.
Che io ti veda sempre e ovunque,

da est a ovest,
da nord a sud.

Tu sei Parashiva, invisibile e puro;
tu sei la forma stessa di *sacchidānanda*.
L'universo è in te; tu sei nell'universo;
In te non esistono differenze; tu sei supremo, unico.

Muktananda dice: Shri Gurunath!
Possa la scienza Siddha raggiungere la piena fioritura.
Fa' che la nostra meditazione sia dinamica.
Fa' che noi possiamo trovare riposo nella Perla Blu.

Fa' che io vaghi sempre gioiosamente nel mondo,
e che tu dimori eternamente nel mio cuore.

Muktananda dice: O Gurunath!
Possano le nostre vite essere il gioco della Coscienza universale!

Quando Baba ji ha scritto questa preghiera, il mondo era molto diverso. Ciononostante, quando leggiamo questa preghiera oggi, sembra che Baba ji l'abbia scritta proprio per il momento presente. La Verità è immortale. Quando studiamo le scritture di tutti quegli anni fa, sembra che i saggi sapessero cosa avremmo vissuto ora. I grandi esseri, i saggi avevano la preveggenza di ciò che avremmo attraversato ora! La Verità è immortale.

Baba ji non l'ha forse scritto in modo magnifico? *Fa' che io vaghi sempre gioiosamente nel mondo*. In questi giorni non possiamo andare fuori in giro. Ma nel sentiero Siddha Yoga abbiamo coltivato il mondo interiore. Possiamo esplorare il mondo interiore.

E durante questi tempi in cui siamo messi alla prova, è importante fare uno sforzo più grande per far sì che il nostro mondo interiore sia un'oasi sicura. Chi è felice deve condividere la sua felicità. Chi è infelice dovrebbe parlarne con la sua famiglia e gli amici, con chi ha un ascolto empatico, e renderli partecipi della sua sofferenza. Poi, chi possiede qualcosa può dare a chi non ha. E chi non ha niente può accettare, con l'intenzione che, quando avrà qualcosa, a sua volta darà agli altri.

Quando diciamo che il servizio all'umanità è servizio a Dio, non significa che solo una persona o un gruppo fa tutto per tutti. Chi ha, darà. Chi non ha, troverà persone dal cuore generoso e dall'animo altruistico e, senza esitare, esprimerà i propri bisogni. E quando le persone che inizialmente erano bisognose avranno a loro volta

più mezzi, allora condivideranno con gli altri. In questo modo, tutti avranno il beneficio di sperimentare nel loro cuore la generosità. E questa esperienza di generosità fa bene alla salute del cuore.

Ogni anno a giugno avete la possibilità di leggere e studiare le *sadguna vaibhava*, le virtù divine, sul sito web del sentiero Siddha Yoga. Ho sentito che molti di voi hanno scritto queste virtù, e molti le hanno anche imparate a memoria. Così avete le *sadguna vaibhava* dentro di voi, come nel vostro diario.

Quindi, mentre questo isolamento continua, potete studiare una *sadguna* alla volta, assorbirla e condividerla con gli altri.

Questa è la mia speranza.

Questa è la mia richiesta.

Siete tutti d'accordo che lo farete, vero?

