



## Ascolta musica, fai musica

*di Swami Akhandananda*

Satsang "State nel Tempio"

Trasmissione video dal vivo nella Sala Universale del Siddha Yoga

giovedì 23 aprile 2020

*Namaste.* Benvenuti.

Siamo nella Sala universale del Siddha Yoga.

Siamo nel tempio di Bhagavan Nityananda.

Siamo nell'Ashram Shree Muktananda.

Stiamo partecipando al satsang in diretta video.

Gurumayi ha intitolato questi *satsang* "State nel Tempio".

Con la grazia di Gurumayi, abbiamo fatto il miglior uso del tempo durante questo periodo di isolamento in tutto il mondo. Sul sentiero del Siddha Yoga ci sono molte pratiche Siddha Yoga. Queste pratiche sostengono i Siddha Yogi nel compiere la *sadhana* con la massima cura e nell'applicare la conoscenza degli insegnamenti del Siddha Yoga nella vita quotidiana, mantenendo l'attenzione sull'esperienza del Sé e sulla liberazione come meta.

Seguo il sentiero del Siddha Yoga da 46 anni. Ho incontrato Baba Muktananda per la prima volta nel 1974 e, una volta ricevuto *shaktipat* da Baba, lo scopo della mia vita è diventato perfettamente chiaro. Sapevo cosa volevo fare e cioè servire la missione del Siddha Yoga.

Da adolescente avevo imparato a suonare la chitarra classica e così quando iniziai a percorrere il sentiero del Siddha Yoga avevo un forte legame con la musica. Ma

quando decisi di dedicare la mia vita a vivere nell'Ashram, pensai che non mi sarebbe servito suonare la chitarra.

Tuttavia, quando Gurumayi scoprì che ero un musicista e che suonavo la chitarra, mi incoraggiò a continuare e mi chiese di suonare in molti *satsang*. Sapete, una delle pratiche principali sul sentiero Siddha Yoga è il canto. Il canto è anche uno degli elementi principali del programma giornaliero dell'Ashram.

Accolsi il consiglio di Gurumayi e ciò mi diede l'opportunità di imparare a suonare i canti del Siddha Yoga e improvvisare sui classici *raga* indiani. Quando suono questa musica, essa attira la mia mente in modo naturale ad assaporare il suono puro di ogni nota. E questo assaporare porta la mia mente e il mio cuore in armonia e quiete.

Nel corso degli anni, ho imparato da Gurumayi che il canto, e la musica in generale, hanno il potere di rendere sacra ogni attività.

Molti anni fa, su richiesta di Gurumayi, offrivo *seva* in un progetto di giardinaggio per abbellire il paesaggio intorno al lago Nityananda. Nel fare questo grande lavoro, volevo onorare la Madre Terra. E chiesi a Gurumayi come avrei potuto farlo al meglio.

Gurumayi si fermò per un momento e guardò verso l'orizzonte. Disse: "Canta. Canta dei mantra alla Dea, dei mantra a Bhumi Devi, la Terra". Nel corso degli anni in cui ho offerto questa *seva*, mentre camminavo e giravo per i terreni intorno al lago Nityananda, cantavo questi mantra. Grazie al canto, oltre al lavoro che si stava concretizzando con le piante, gli alberi, l'acqua e il suolo, ho sperimentato una rinnovata riverenza per la Madre Terra e ho sviluppato una consapevolezza più forte della divinità nella Natura.

Le scritture indiane dicono *sangeet hai yoga*, la musica è yoga. La musica è un sentiero per unirsi con Dio. Questo perché ogni suono, e quindi tutta la musica, originariamente emanarono da Dio. Le scritture affermano che Dio ha creato questo universo attraverso il suono. Pertanto, possiamo seguire le vibrazioni sonore della musica fino alla fonte, di nuovo a Dio. Di ritorno al Sé.

Quando facciamo musica e la ascoltiamo, viene coinvolto tutto il nostro essere: il corpo fisico, la mente, le emozioni, il cuore e l'anima. Fare musica ha il potere di bilanciare e unire tutti questi aspetti di noi stessi. La musica è di grande supporto alla nostra sadhana Siddha Yoga. Come dicono le scritture indiane, la musica è yoga.

Essendo uno degli swami del Siddha Yoga che ha una preparazione musicale, ho l'opportunità di offrire *seva* con l'ensemble di musica Siddha Yoga nella SYDA Foundation. Mi piace offrire questa *seva* perché posso osservare che Gurumayi canta con ogni fibra del suo essere e si coinvolge completamente in trama e tessuto della musica. Quando entro in quello "spazio musicale" in cui sento che si trova Gurumayi, sperimento che l'intero essere di Gurumayi diventa il suono del canto. Questo mi dà la ferma convinzione che, quando canto, il mio Guru e il canto sono la stessa cosa. E mentre mi immergo in questa divinità, divento anch'io tutt'uno con essa. Non c'è differenza tra il mio Guru, il canto e me come discepolo. Diventiamo tutti un'unica Coscienza, un unico suono divino.

*Oh, quanto adoro la musica.*

*Oh, quanto adoro cantare.*

Henry Wadsworth Longfellow, l'apprezzato poeta americano del 19° secolo, disse: "La musica è la lingua universale dell'umanità." Chiunque abbia la capacità di comprendere il linguaggio melodioso della musica sa che la musica ha il potere di riunire le persone, aprire il loro cuore e creare unità.

Proprio sabato scorso, durante un *satsang* "State nel Tempio", Shambhavi Christian ha parlato di "One world: Together at Home (Un solo mondo: insieme a casa)", iniziativa sponsorizzata da Global Citizen, un'organizzazione mondiale senza scopo di lucro, in collaborazione con una quantità di musicisti, artisti e altra gente dello spettacolo. "One world: Together at Home" è stata creata per sostenere l'impegno dell'O.M.S., l'Organizzazione Mondiale della Sanità; il suo scopo era quello di riunire le persone in risposta all'attuale pandemia. Che iniziativa! Che risultato!

Ho sentito che molti Siddha Yogi si sono sintonizzati per guardare "One World", poco dopo il *satsang*. Hanno condiviso con me quanto hanno apprezzato le canzoni che

avevano ascoltato, poiché quelle canzoni hanno portato la pace nel loro cuore e gli hanno dato speranza per il mondo.

Questo è il potere della musica. Questo è il potere di riunirsi con uno scopo condiviso, un'intenzione condivisa, avendo in mente un obiettivo condiviso.

*Oh, quanto adoro la musica.*

*Oh, quanto adoro cantare.*

In questo momento, a causa del COVID-19, il mondo intero sta affrontando una sfida, una sfida unica nel suo genere. Tuttavia, come Siddha Yogi, abbiamo imparato a cavalcare ogni onda con dignità e integrità. Non ci scoraggiamo facilmente, e questo perché abbiamo la grazia del Guru. Sappiamo cantare. Sappiamo pregare, specialmente durante questo periodo terribile.

Dobbiamo pregare, non solo per noi stessi ma per gli altri. Questo è vitale, dato che nessun essere umano da solo ha la forza, la capacità o l'intelligenza per provocare l'enorme cambiamento positivo che è necessario adesso. Per il miglioramento di questo mondo, dobbiamo unirvi.

Per vincere questa sfida imponente e a prima vista insuperabile, tutti devono unire le forze. Ognuno di noi deve fare la propria parte e farlo sinceramente, attentamente, volentieri, generosamente, felicemente, amorevolmente, con cura, ingegnosamente, dolcemente e altruisticamente. Sto prendendo il sostegno delle virtù, le *sadguna vaibhava*, che Gurumayi ha insegnato. Gurumayi ci ha dato il consiglio che, specialmente durante questo periodo, dobbiamo invocare le virtù che abbiamo studiato per molti anni sul sentiero del Siddha Yoga.

*Oh, quanto adoro la musica.*

*Oh, quanto adoro cantare.*

Perché parlo della musica?

Perché... durante il satsang "State nel Tempio" di oggi, durante questa trasmissione video in diretta nella Sala Universale del Siddha Yoga, faremo un bagno di suono. Sì,

ho detto un "bagno di suono". Due musicisti del Siddha Yoga si uniranno al *satsang* dall'India e canteranno musica classica indiana, inclusi dei *bhajan*, che sono canti devozionali scritti in hindi.



*Dopo le stupende e melodiose esibizioni dei musicisti, Swami ji ha parlato ancora.*

Una delle cose che amo — e amo, e amo! — del sentiero Siddha Yoga è che in ogni *satsang* del Siddha Yoga passiamo dalla musica alla musica alla musica. Sento che siamo benedetti dalla musica ininterrotta dell'anima.

Di recente, Gurumayi ha condiviso con me di aver letto un articolo che parlava di come le dune di sabbia creino musica. Se si sta molto attenti, si possono sentire i diversi suoni che le dune di sabbia creano cantando.

Gli scienziati che lavorano con National Geographic hanno studiato le note musicali emesse dalle grandi dune di sabbia. Quando la sabbia ne scivola giù, le dune effettivamente vibrano come la corda del violino quando la si tocca con l'arco. In tutto il mondo ci sono dozzine di tipi di dune sabbiose che fanno musica, creando un'ampia varietà di suoni e melodie.

E ovviamente tutti abbiamo sentito come canta l'acqua che scorre: dalle cascate d'acqua che sgorgano dalla sorgente al dolce gorgoglio del ruscello, al coro costante delle rapide del fiume, alla ninna nanna delle dolci onde sulla spiaggia.

E poi c'è il vento che soffia tra gli alberi. Alcuni di voi potrebbero ricordare che Gurumayi ha scritto di questo suono nella sua poesia per la Festa della Mamma 2019, quando ha descritto la *raffica* delle emozioni di una madre.

Siamo fatti di polvere. Siamo fatti d'acqua. Quindi possiamo ascoltare la musica e possiamo fare musica.

Tecnicamente, ogni movimento che facciamo crea il suono della musica. Non c'è luogo su questo pianeta dove non ci sia musica, il che significa che c'è musica ovunque.

*Oh, quanto adoro la musica.*

*Oh, quanto adoro cantare.*

Nel satsang "State nel Tempio" di oggi, nella radiosa presenza di Bhagavan Nityananda nella Sala Universale del Siddha Yoga, abbiamo ricevuto il dono di un bagno di suono. Abbiamo riflettuto sulla saggezza di Gurumayi, che trasforma la vita. Ci siamo immersi nella musica sacra dell'India e abbiamo unito le voci e i cuori nella pratica della musica del Siddha Yoga.

Durante questi tempi difficili, pieni di molte incognite, dobbiamo ricordare di rifugiarci nella saggezza eterna del nostro Guru. Quando lo facciamo, la mente, il cuore e l'anima trovano la loro essenza, e sperimentiamo il Messaggio di Gurumayi di quest'anno. *Ātmā kī Prashānti*. La piena pace del Sé.

Sapete già cosa dovete fare: e cioè prendere rifugio nella grazia.

