



Rimanete saldi nella Sadhana di Swami Ishwarananda

Satsang "State nel Tempio"

Trasmissione video in diretta nella Sala Universale del Siddha Yoga
Giovedì, Luglio 9, 2020

Namaste.

Swagatam Hindustan! State partecipando a questo *satsang* "State nel Tempio" nella Sala Universale Siddha Yoga. Questo *satsang* è una trasmissione in diretta video dal Tempio di Bhagavan Nityananda all' Ashram Shree Muktananda e si tiene solo per voi in Hindustan. Avete tutti un posto riservato in prima fila.

Nel sentiero Siddha Yoga, il mese di Luglio è dedicato ad adorare e a rendere omaggio al Guru. È il tempo di Gurupurnima che celebriamo ogni giorno per tutto il mese. Oggi voi, Siddha Yogi e nuovi ricercatori provenienti da tutto l'Hindustan, vi siete riuniti nella Sala Universale Siddha Yoga per celebrare Gurupurnima.

Auguro a tutti voi *Shubh Gurupurnima!*

Appena avete preso posto nella Sala Universale Siddha Yoga, avete potuto vedere la rappresentazione artistica del Messaggio di Gurumayi per 2020. Il messaggio di Gurumayi è

Ātmā kī Prashānti
La Pace Piena del Sé

Avete poi visto bellissime immagini della natura dall' Ashram Shree Muktananda dov' è piena estate. Come avete potuto vedere, sta cadendo una pioggia di tipo monsonico, che porta abbondanza di fiori. Avete anche visto la luna di Gurupurnima splendere sull' Ashram. E avete avuto il *darshan* della forma radiosa di Bhagavan Nityananda, circondato da coreossidi e gigli gialli dai sacri giardini dell' Ashram.

Oggi voglio offrire i miei omaggi a Shri Guru parlando della gloria della *sadhana* Siddha Yoga che il Guru insegna. Uno dei testi classici dello Shivaismo del Kashmir, lo *Shiva Sutra*, è composto da settantasette *sutra*. Uno di questi *sutra* dice: *Gurur-upāyaha*, "Il Guru è il mezzo."

Quando il Guru conferisce l'iniziazione *shaktipat*, l'atto supremo della grazia del Guru, e risveglia Kundalini Shakti, il cercatore può avere un assaggio della Verità, la luce del Sé divino all'interno. In seguito, dice la scrittura, attraverso la *sadhana* insegnata dal Guru, si può arrivare a vivere e ad essere stabili in quella Verità.

Il *sutra Gurur-upāyaha*, "Il Guru è il mezzo", può essere compreso anche in un altro modo: "I mezzi che il Guru offre sono il Guru." Questo vale a dire che gli strumenti di *sadhana* che il Guru indica - insegnamenti e pratiche - sono *chaitanya*, vivi e infusi della *shakti* del Guru. Contengono la luce del Guru. La mia esperienza è che, quando mi impegno in una qualsiasi delle pratiche del Siddha Yoga, quando metto in pratica uno qualsiasi degli insegnamenti del Guru, sento la *shakti* e la luce del Guru vibrare dentro di me. Sono sicuro che anche molti di voi sperimentano questo.

Ovunque voi siate, ovunque andiate, quando ripetete il *mantra*, recitate la *Shri Guru Gita*, vi sedete a meditare o offrite *puja* al Guru, la *shakti* del Guru risplende all'interno e vi mette in contatto con il Sé. Sentite poi una grande pace e gioia. La *sadhana* Siddha Yoga è sorprendente e richiede una sola cosa: dovete praticarla ... regolarmente.

Questo è il modo in cui funziona la *sadhana*. Se facciamo uno sforzo ogni giorno, anche un piccolo sforzo, apriamo lo spazio all'interno perché la grazia possa

scorrere. Gurumayi mi chiarì questo in modo esplicito all'inizio della mia *sadhana*. Stavo sperimentando l'immensità della grazia della Kundalini Shakti risvegliata. Un giorno ebbi la possibilità di condividere con Gurumayi l'aspirazione del mio cuore a diventare una cosa unica con la Kundalini Shakti, la Madre Divina, di essere al servizio della sua luce ed esserne un veicolo. Mentre parlavo, Gurumayi ascoltava molto tranquillamente e sembrava guardarmi dentro per vedere la profondità del mio desiderio e del mio impegno. Quando ebbi finito di condividere, Gurumayi disse: "Beh, se questo è ciò che vuoi, dovrai farlo."

Mi ripeto queste parole di Gurumayi all'inizio di ogni giorno. E mi chiedo: "Come praticherò oggi?? Che insegnamento applicherò?" Quando stabilisco la mia intenzione e ci metto impegno, la grazia del Guru è lì al cento per cento a sostenere ogni mio passo e dare efficacia al mio impegno in modo che possa dare frutto. Questo è qualcosa che potete sperimentare anche voi. Fate *sadhana*. *Sadhana karo*. Quando rimanete stabili nel compiere *sadhana*, la connessione con il Sé diventa sempre più forte. La mente viene purificata e la luce divina risplende sempre più luminosa.

In questi tempi di incertezza, possiamo essere certi che attraverso la *sadhana*, attraverso le pratiche e gli insegnamenti impartiti dal Guru, possiamo evocare la luce interiore e la saggezza del Sé ed essere una luce per noi stessi, una luce per gli altri e una luce per il nostro mondo. E così vi dico, in questo periodo di Gurupurnima, "fate *sadhana*", *sadhana karo*.

Vi incoraggio tutti a visitare regolarmente il sito web del sentiero Siddha Yoga. Ci sono discorsi di Gurumayi, canti, articoli meravigliosi su aspetti della *sadhana* Siddha Yoga, ispiranti foto della natura e molto altro ancora. Il sito web del sentiero Siddha Yoga è un supporto incredibile per tutti i Siddha Yogi e i nuovi cercatori nella loro *sadhana* Siddha Yoga.

Omaggi a Shri Guru, che attraverso la sua grazia e gli insegnamenti allontana le tenebre e rivela la luce del Sé eterno.

A proposito di Swami Ishwarananda

Swami Ishwarananda segue il cammino Siddha Yoga da più di quarant'anni. Nel 1980 ha preso i voti monastici per diventare uno Swami Siddha Yoga. Swamiji serve Gurumayi come insegnante di meditazione Siddha Yoga e ha viaggiato in tutto il mondo per insegnare nei *satsang* Siddha Yoga, nei corsi, ritiri di Sadhana e Intensivi Shaktipat.

Swamiji insegna con grande chiarezza e spirito. Attraverso la narrazione, l'umorismo e la condivisione delle proprie esperienze nella *sadhana*, Swami ji illumina la sottigliezza e la profondità degli insegnamenti Siddha Yoga.



© 2020 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.