

Fate passi concreti

Discorso di Gurumayi Chidvilasananda

Sabato 31 ottobre 2020

Sabato 31 ottobre 2020 si è tenuto un satsang di celebrazione Siddha Yoga in onore del 38° anniversario del mahasamadhi di Baba Muktananda. Il satsang, prodotto dalla SYDA Foundation, si è svolto in diretta video dal Tempio di Bhagavan Nityananda nell'Ashram Shree Muktananda.

Il titolo del satsang era "Dimora nel regno della quiete divina". Originariamente, Gurumayi aveva dato questo titolo all'Intensivo Shaktipat Siddha Yoga del 2020. Ma dato che l'Intensivo Shaktipat quest'anno non si è tenuto a causa della pandemia, Gurumayi ha chiesto che il titolo venisse usato per questo satsang.

Il satsang è iniziato con un video, "Un omaggio a Baba", e poi tutti i presenti nella Sala universale Siddha Yoga hanno offerto l'arati a Bhagavan Nityananda, l'amato Guru di Baba Muktananda. Swami Ishwarananda ha parlato della vita e dell'eredità di Baba, e della luce che Baba risvegliò in migliaia di cercatori di tutto il mondo.

Abbiamo recitato la Shri Guru Gita con Gurumayi, e abbiamo cantato Om Namah Shivaya nel raga Yaman Kalyan, del quale spesso Gurumayi ha detto che è il canto preferito dai bambini, fin dai tempi di Baba.

Dopo la recitazione, Gurumayi ha parlato.

~Eesha Sardesai

Il *mahasamadhi* di Baba Muktananda — il 38° anniversario. In onore di quest'occasione, avete fatto l'*abhyasa*, lo studio, della Shri Guru Gita. Il vostro canto aveva un suono molto dolce. Era addolcito dalla vostra devozione. Era dolce come la devozione del piccolo Rohit, che oggi mi ha aiutato a offrire la puja a Bhagavan Nityananda.

Non siete felici di essere qui? Non siete felici di essere lì? Non siete felici di essere ovunque nella Sala universale Siddha Yoga?

Nelle Upanishad, i saggi parlano del Sé supremo. Il Sé vede senza gli occhi. Il Sé sente senza le orecchie. Il Sé annusa senza il naso. Il Sé assapora senza la lingua. Il Sé sente il tocco senza alcun oggetto. Durante questo periodo difficile della pandemia, devo dire che gli insegnamenti dei saggi sono diventati per me ancora più vivi.

L'isolamento è una grande fonte di preoccupazione per tutto il mondo, e questo è comprensibile.

Mi ricordo di quando ero adolescente in India, e andavo al Gurudev Siddha Peeth. Una volta che eravamo dentro l'Ashram, noi eravamo *nell'Ashram*. Dato che eravamo concentrati a offrire *seva*, non volevamo lasciare l'area dell'Ashram. Ma non sembrava mai un isolamento. Tutto ciò che sapevamo era che volevamo stare nell'Ashram — ed eravamo nell'Ashram! Finché eravamo lì, niente altro importava.

Quindi, in questo periodo di isolamento sembra di essere come in un contesto spirituale. Non sto dicendo di essere irresponsabili, trasformando ogni cosa in una "elevata" filosofia. Non si tratta di trasformare in filosofia ciò che sta accadendo in questo momento. Tuttavia, possedere la vera conoscenza della filosofia — possedere la vera saggezza filosofica — aiuta realmente. Prendete l'abitudine, ogni volta che accade qualcosa, di guardarla attraverso la lente della conoscenza, della saggezza e degli insegnamenti delle scritture.

È molto facile farsi influenzare dai forti venti di un cambiamento inatteso. È molto facile perdere energia quando siete sotto pressione. È molto facile diventare dipendenti dal senso di paura. La paura è una facile via d'uscita. "Ho paura. Sono spaventato. Sono impaurito. Sono intimorito. Sono terrorizzato. Sono pietrificato. Sono congelato".

Una volta che entrate nel regno della paura, chi pensate che vi tirerà fuori da lì? Non lo sapete? Voi siete ciò che create. Voi siete quello che fate. Quindi, è molto meglio fare uno sforzo maggiore per realizzare i frutti della *sadhana*, perché una volta che vi trovate in quello spazio in cui sperimentate la vostra bontà, in cui dimorano le vostre virtù, allora noterete che tutti vengono da voi, perché sanno che vi sta accadendo qualcosa. Avete qualcosa di buono che eleverà il loro animo.

Ricordate: se entrate nel regno della paura, nessuno vorrà stare intorno a voi. Vi lasceranno da soli. Questo tipo di solitudine non è la solitudine confortante di cui si parla nelle scritture indiane. Questa solitudine è come un nido di vespe: nessuno vuole toccarlo.

Però, se vi adornate della conoscenza che vi eleva, allora create un paradiso, e tutti vogliono venire a vagare nel *vostro* paradiso. Non è vero? Chi vuole andare all'inferno? Non credo che qualcuno lo voglia. Quando qualcuno si arrabbia, può dirvi di andare all'inferno, ma voi dite a voi stessi: "Conosco un luogo migliore".

Quindi, siamo in un periodo difficile, e sembra che si stia prolungando. Chiunque abbia letto le notizie, ha saputo che questo periodo di difficoltà continua a prolungarsi. È come la proroga di un visto. Solo il virus va oltre le leggi del governo. Nessuno è stato in grado di sradicare questo virus. È un fuggitivo che sfida la conoscenza degli scienziati più esperti e rinomati. Sta giocando con gli esseri umani, ci fa l'occhiolino come per dire: "Non sono il vostro burattino".

Quindi potreste chiedervi: "Chi ha dato questa "proroga del visto" al virus?" Pensiamoci. Mhmm. Quanto tempo ci vorrà per capirlo? *Chi* può essere? Elefanti? Balene? Giraffe? Ippopotami? Dinosauri?

Beh... guardiamoci allo specchio. Siamo noi! È la gente di questo pianeta. È l'umanità che ha lasciato che questo morbo continuasse a dilagare—quelle persone che pensano di essere molto, molto intelligenti; quelle persone che pensano di sapere ciò che stanno facendo, quelle persone che pensano di non aver bisogno degli scienziati, quelle persone che pensano di aver superato il problema, e le persone che pensano che non gli importa.

Allora, non sono queste le persone che stanno propagando il virus e gli stanno dando un altro visto, e un altro, e *ancora* un altro? *Visto. Virus. Vittoria.* Vale la pena pensare che tutte queste parole iniziano allo stesso modo.

Come essere vittoriosi su questo virus? Dipende da ognuno. La storia dice che sono le persone a decidere quando una pandemia è finita.

Ho sentito anche parlare di stanchezza da pandemia. È interessante: le persone parlano di stanchezza da pandemia. Parlano di depressione da pandemia. Parlano di perdita di vite legata alla pandemia. Parlano di perdita di posti di lavoro legata alla pandemia e si sentono senza speranza. Quello che vorrei vedere è che, invece di alzare le mani al cielo, le persone facessero qualcosa di positivo: facessero piccoli passi per superare l'influsso e gli effetti di questo virus malefico.

Ogni volta che ascoltate gli scienziati e gli esperti, li sentite dire: “Ci sono ancora molte cose che non sappiamo di questo virus”. Quando gli esperti dicono qualcosa del genere, dobbiamo essere ancora più cauti. È come quando siete bambini, e i vostri genitori vi dicono che *loro* non sanno di qualcosa — allora dovete stare più attenti. Se i vostri genitori non sanno di qualcosa, di solito significa che è qualcosa che non dovrete fare. Certamente, una volta diventati adulti, scoprirete che cosa fare. Ma ora sto parlando di quando siete bambini. E in questo caso, chi di noi non è scienziato o esperto non può ignorare le loro parole di avvertimento.

Se gli esperti in materia ci dicono qualcosa, durante i periodi di sconvolgimento, è fondamentale ascoltare i loro consigli. Invece di scacciare e urlare contro il non correre rischi e stare in isolamento, considerate questo come il *vostro* tempo. Se iniziate a sentire che state per impazzire, pensate, ad esempio, a come insegnereste ai vostri bambini a gestire questa situazione. Qualsiasi cosa succeda, avete un motivo per sembrare felici, per essere felici, per creare felicità — perché sapete che vostro figlio vi sta guardando, e spera che gli diate il meglio. Allo stesso modo, anche se il resto del mondo si trova in un dilemma, voi dovete accedere alla vostra conoscenza, alla vostra saggezza. Potete farlo.

Di fatto, dal marzo di quest'anno l' Ashram Shree Muktananda è in isolamento totale. Con le persone giuste al comando nella propria vita, si può farcela. Perché non guardate la cosa in modo filosofico? Se avete creduto all'insegnamento *Tutto accade per il meglio*, allora chiedetevi: qual è il mio dharma, per garantire quel risultato?

Non vi piacerebbe dare uno sguardo più approfondito a voi stessi e alle vostre azioni? Non vi piacerebbe fare un esame di voi stessi? Quali blocchi avete messo sulla via per il vostro cuore? Anche se pensate di non poterlo raggiungere, potete occuparvi di rimuovere i blocchi che avete posto sulla via per il vostro cuore. In verità, entrare nel cuore non è difficile. Sono tutti i problemi e le situazioni che avete creato che lo rendono difficile. Quindi, proprio come pulite i sentieri dell' Ashram, casa vostra e il vostro ufficio, pulite la via per il vostro cuore. È come la storia di un famoso pittore, che raccontavo nei satsang. Lui non dipingeva — semplicemente puliva lo specchio, perché la bellezza era già presente intorno a lui. Quella bellezza doveva solo essere riflessa.

Volete promettere a voi stessi di sperimentare la vostra bellezza interiore, la vostra felicità interiore? La tristezza — non abbiate paura della tristezza. L'infelicità — non abbiate paura dell'infelicità. Cavalcatele. Quante onde si infrangono sulla spiaggia? I surfisti sanno qual è l'onda migliore da cavalcare. Allo stesso modo, tanti sentimenti possono sorgere dentro di voi. Ci sarà tuttavia *quel* particolare sentimento da seguire: *cavalcate quello!* Osate con i vostri sentimenti. Cavalcate quell'onda di felicità, e create felicità, create salute, create splendore, create miracoli.

È interessante, vero? Come creare miracoli? Pensateci. Se vi trovate nel posto giusto dentro di voi, i miracoli accadono, come se niente fosse.

Oggi, nella Sala universale Siddha Yoga, durante questa trasmissione in diretta video, promossa dalla Fondazione SYDA, la recitazione della Shri Guru Gita aveva un suono dolcissimo. Davvero *delizioso*. Mentre recitavo la Shri Guru Gita, avevo proprio voglia di improvvisare. Ogni volta che sento che qualcosa è bello, qualcosa è liscio, qualcosa è squisito, mi viene voglia di improvvisare, mi viene voglia di cantare. E questo mi dice che oggi, la nostra recitazione della *Shri Guru Gita* è stata accettata da Bade Baba, e che Baba Muktananda è molto contento. *Jay jay.*

Grazie di aver ricordato quando ci sarebbe stata la luna piena. Sì, è oggi! E in alcuni paesi, oggi c'è il cambio dell'ora. Negli Stati Uniti è anche Halloween. Un tempo era il giorno in cui gli adulti accoglievano la luce; ora è il giorno in cui i bambini accolgono la luce sotto forma di caramelle. È dolcissimo.

Abbiamo avuto i nostri dolci nella forma della recitazione della *Shri Guru Gita* e ora siamo pronti a condividere quella dolcezza nella forma di caramelle per i nostri figli. I sorrisi dei bambini sono dolci. Le loro voci sono dolci. Sono felice che i genitori di Rohit abbiano deciso di offrire *seva* all'Ashram Shree Muktananda e che lui stia crescendo all'Ashram. Adoro sentire la sua voce.

Dico sempre ai bambini: "Vi prego, mantenete la vostra voce così per sempre". Non mi ascoltano mai. Mai. Arrivano a dodici anni, a tredici anni, a quattordici anni e le loro voci cambiano. E non solo questo; a quel punto vengono affascinati da questo mondo, e il mondo è affascinato da loro — e poi, finalmente, dopo alcuni lunghi anni, arriva il momento in cui vengono in cerca. E i grandi esseri dicono: "*Figlio mio, sei tornato*".

Se avete bambini intorno a voi, dedicategli tempo per giocare con loro e per educarli. Godetevi la loro compagnia. A loro piace tantissimo la nostra compagnia. Fategli sapere quanto amate la loro compagnia. Quando date un po' di amore ai bambini, questo può fare molto. Sono gli adulti che, per quanto amore diate loro, ne vogliono sempre di più, e ancora di più. Ma con un bambino, una goccia d'amore lo aiuterà a sbocciare nella persona più bella. Quindi, trovate il tempo per stare con i vostri figli, per stare con i figli degli altri. Se non avete dei bambini attorno, specialmente durante questo periodo di isolamento, pensate a loro. Pensate ai bambini che conoscete. Pensate ai bambini che conoscerete. Pensate ai bambini che farete. Pensate ai bambini in tutto il mondo.

L'altro giorno, io e Rohit stavamo facendo la puja ai *paduka* di Bade Baba. Mentre stava per versare il riso sopra i *paduka*, gli ho detto: "Prima di versare il riso, di' a Bade Baba: 'Voglio che tutti i bambini affamati di questo mondo abbiano del cibo, Bade Baba'". E poi oggi, mentre facevamo di nuovo la puja ai *paduka*, mentre versava il riso sui sandali d'argento, Rohit continuava a dire: "Questo suono è bellissimo". Si riferiva al suono del riso che toccava i *paduka*.

Bade Baba *amava* i bambini. Bade Baba è una delle divinità migliori, uno dei più grandi Guru a cui rivolgere preghiere se volete pregare per i bambini, perché l'amore che aveva per tutti i bambini era immenso.

Se volete aiutare i bambini, potete aiutarli grazie a diverse organizzazioni caritatevoli che si prendono cura dei bambini. Se avete dei giocattoli in più, potete trovare un modo per darli ai bambini. E se vedete dei bambini in difficoltà in qualsiasi luogo, se vedete immagini o video, o ne sentite parlare, prendete un momento per offrire le vostre lacrime d'amore, le vostre lacrime di abbondanza, le vostre lacrime di dolcezza. L'ho fatto per tutta la vita e continuo a farlo. Proprio l'altro giorno, ho visto delle immagini e video di alcuni bambini abbandonati lungo il fiume in Texas e, sì, ho pregato per loro, ho meditato per loro.

Se non potete fare qualcosa fisicamente, fate in modo che la vostra intenzione sia forte. Aiutate i bambini tramite la vostra intenzione. Con tutti i mezzi disponibili, aiutateli. Ricordate che i bambini sono il futuro di questo pianeta.

Se volete che il vostro paese sopravviva, dovete fare dei passi. Limitarsi a leggere le notizie e a parlarne non sarà davvero di aiuto. Per cambiare qualcosa dovete fare dei passi concreti. Fate passi concreti. Fate passi concreti. Cibo, vestiti e alloggio sono molto importanti per tutti.

E adesso, ancora una volta canteremo tre giri di *Om Namah Shivaya* e poi diremo *Sadgurunath Maharaj ki Jay!* Questo momento è incredibilmente prezioso.

Quindi create la vostra intenzione. Create la vostra intenzione basata su ciò di cui ho appena parlato. Cantate con intenzione.

