

Luce sempre, Luce ovunque ~Gurumayi Chidvilasananda

Venite, mia brava gente, proviamo ancora,
facciamo uno sforzo

Sì, sforzo—*koshish*

Ha molti significati e connotazioni, questa parola hindi *koshish*

È sforzo, tentativo

lavoro duro e fatica

È prova, dispendio

impegno e impresa

È assiduità, operato

verifica ed esame minuzioso

È azione e stratagemma

curiosità, una ricerca

Quindi, qual è lo sforzo di cui sto parlando?

È il *purusharth* di Shri Rama, la sua somma impresa

È sostenere il dharma

L'elevazione di menti e cuori

Shubh Deepavali

Mentre eravate indaffarati a realizzare gli intenti dell'anno trascorso,
gestendo trionfi e sconfitte,

a vostra insaputa il tempo è scivolato entro un'ignota caverna

Quando la gioia ha iniziato a deviare verso la tristezza

Quando la beatitudine ha iniziato ad aggrapparsi alla sofferenza

Quando la felicità si è persa nel dolore

Quando i sospiri di sollievo si sono aggrovigliati

nelle catene del tormento

Quando la predisposizione all'allegria si è trasformata
in inclinazione allo sconforto
Quando la mente appagata ha iniziato a spargere i semi dell'odio
Quando il cuore estatico ha indossato le vesti della malinconia
Quando una mente fiduciosa,
nell'osservare i propri sogni andare in frantumi,
ha iniziato ad aspettarsi solo l'una o l'altra disgrazia

Le vette e le fosse del tempo, il suo movimento rapido
Non lasciatevene travolgere
Una vita benedetta

Shubh Deepavali

Mentre valutate tutte queste cose,
mentre fate il bilancio delle circostanze,
un altro anno si è dissolto nell'infinità
E un'altra volta, con grande vitalità, celebriamo questa festa
che giunge nella notte di luna nuova
Ci auguriamo che questa festa ci riveli notizie felici
Aneliamo di vedere il potere del Sé,
così ricolmo di gaiezza,
che salta e balza,
guizza e saltella,
e allo stesso tempo incarna *shanta-svarup*,
la vasta e radiosa forma
del nostro silente paesaggio interiore
Noi preghiamo che lei, questo potere, *atmashakti*
desideri di spontanea volontà
prender dimora nel nostro essere

La luce del Sé
L'oscurità si è dissolta
Una festa di felicità

Shubh Deepavali

Quali speranze si hanno nella vita?

Sapete, la festa di Deepavali
non consiste solo nell'accendere lampade

Nasconde una più profonda verità

Il massimo scopo di Deepavali

è sollevare il velo su quelle speranze che ci teniamo strette

Ascoltate attentamente, miei amati —

accertatevi di essere tutt'orecchi!

Per quanto luccichi il mondo esteriore,

non ne trarrete alcun profitto durevole

Quindi non lasciate che un solo granello di tempo vada sprecato

Quando inzupperete la notte nera d'inchiostro della vostra vita

nel bagliore della luce interiore,

sarà allora che lo *shehnai*, il possente flauto

della festa di Deepavali inizierà a suonare per davvero

Le note della conchiglia espelleranno

la tenebra che si è insinuata dentro

L'espressione sorridente del Signore Rama

diverrà il fondamento della vita

Ora faremo una *dharana*

Prendetevi un attimo per adottare una postura comoda

Entrate in contatto con il respiro

Inspirate profondamente

Espirate a lungo

Continuando a respirare così,

chiudete gli occhi

Ora lasciate che il respiro fluisca naturalmente

e visualizzate —

È la stagione autunnale
Gli ultimi petali dei fiori cadono a terra
Ascoltatene il sussurro ritmato
Udite il leggero fruscio
delle foglie rosse-arancio-gialle
che baciano il terreno con trasporto
Gli occhi sono ancora chiusi
Ma con l'occhio della mente, alzate lo sguardo al cielo
Qua e là son disperse nuvole bianche,
diafane e delicate come cotone,
simili a gardenie in fiore
Lasciate che questa scena affascinante si imprima negli occhi
Lasciate che il profumo di questo sentimento dimori nel respiro
Aprite dolcemente gli occhi
Appreziate questa splendida esperienza

A questo punto, la *dharana* è completa
Come vi sentite?
Esaminate il vostro essere interiore
Il cuore è in pace, vero?
Dopo aver praticato questa *dharana*,
sentite un dolce aroma sollevarsi
e profumare quella vita che sembrava così tetra
Non è così?

State riconoscendo il vero valore della vostra vita,
non è vero?

Voi sapete — ovviamente lo sapete —
che ciò che pensate, ciò che percepite
determina ciò che ricevete

Speranze disposte in fili infiniti
Uno scrosciare continuo di benedizioni
Nient'altro che dolcezza

Shubh Deepavali

Quando la fiamma interiore di Deepavali viene accesa,
sappiate che è stata opera vostra
Fate molta attenzione, mia gente,
queste usanze e tradizioni
che sono il sostrato di Deepavali —
potete, letteralmente, iniziare a istituirle
nel vostro essere

Nel farlo, la capacità di riaccendere
la fiamma estinta delle vostre gioie
divamperà essa stessa come fuoco,
rosso accecante, incredibilmente intensa
In realtà, Deepavali non riguarda lo spettacolo esteriore
Riguarda la fiamma che nutrite,
l'adorazione che compite,
l'atteggiamento che mantenete
all'interno

È il modo di vivere una vita mistica
Fino al termine dei vostri giorni,
mantenete viva la fiamma

Brace nel cuore
Nell'atteggiamento, semplicità
Una vita spontanea, vibrante di grazia

Shubh Deepavali

La festa di Deepavali rende molto chiaro
quanto sia essenziale che la luce emerga vittoriosa
e svaniscano le tenebre,
che la luce della conoscenza canti nel *raga deepak*,
il *raga* delle lampade,
e che le tenebre dell'ignoranza siano bandite

O nobili persone, non è qualcosa di notevole?

Per secoli, nel periodo di Deepavali,
abbiamo acceso lampade di creta

e guardate:

questo nostro corpo, costituito dai cinque elementi,
è descritto dai nostri santi

come l'idolo di creta

Dentro quest'idolo di creta,

arde in tutta la sua gloria la fiamma più sacra

Mantenete salda la speranza che almeno una volta al giorno

riprenderete confidenza

con la splendida lucentezza divina

che è stata accesa in voi

Deepavali è un momento propizio

Quando nutriamo la speranza di fare del bene

in un momento propizio,

il nostro proposito si rafforza

In ogni giorno possiamo fare del bene—

e tuttavia, c'è una sorta di speciale magia,

un qualche ineffabile potere

nel fare del bene in un momento così propizio

quale la festa di Deepavali

Il suono della magia nell'aria, simile ai campanelli delle cavigliere

Il continuo mormorio dell'universo

La pioggia abbondante della grazia del Guru, il suo dolce picchiettare

Shubh Deepavali

Noi crediamo che il potere di una preghiera fatta con amore,

nel tempo, certamente,

darà il giusto frutto

Allo stesso modo, confidate che le piccole e grandi speranze

che nascono in voi giorno e notte

sono chiare, sono evidenti

e che colui che dispensa la grazia ne verrà a conoscenza
e le renderà manifeste senza esitazione

Il filo della fede

Assorbimento nell'amore

La mente in uno stato di estasi

Shubh Deepavali

C'è luminosità in una pietra

C'è splendore in una goccia d'acqua

C'è incandescenza in una foglia

C'è un profumo soave nell'alone che circonda ogni granello di polvere

In tutte queste cose mondane che potreste sminuire come ordinarie,

 c'è una bellezza risplendente

L'intento della festa di Deepavali

è far risplendere il mondo intero

Risplendere... come?

Come farete risplendere questo mondo, miei cari?

 Quando la vita è avvolta nella densa foschia delle tenebre—

 che si avvicina furtivamente sotto forma di esitazione—

 cosa farete per disperderne le ombre?

 Quando le circostanze appaiono difficili,

 o la strada davanti a voi è cosparsa di ostacoli,

 come trasformerete queste condizioni

 in preziose opportunità?

 Quando vedete le tenebre avvolgere coloro che vi circondano,

 come ne dirigerete l'attenzione

 verso le stelle che fanno capolino dal cielo d'ossidiana,

 le stelle che hanno sempre proiettato luce

 nelle loro vite?

Quando notate che hanno smarrito la strada
e sono in preda allo sconforto,
come li aiuterete abilmente
a sollevare le sopracciglia appesantite
e rivolgere lo sguardo verso l'alto?

Quali azioni compirete per illuminare
la vostra vita,
le vite degli altri,
compresi quelli che non avete ancora incontrato,
e l'esistenza di tutto ciò che è senziente
e insenziente su questo pianeta?

Nel considerare ciò che avete fatto,
ciò che state facendo ora,
e ciò che ancora vorreste fare,
forse potreste trovare utile esprimere
pensieri e idee in forma di poesia

Rammentate, tutti voi che siete così vicini al mio cuore:
persino nella scintilla più minuta, nel tremolio di una fiamma,
c'è tantissima luce

La bontà e la compassione di Dio
distruggono ogni illusione
Ovunque vi volgiate, luce e solo luce

Shubh Deepavali

O voi che siete grandi,
è diritto innato di tutti accendere la fiamma dell'amore
È alla portata intrinseca di tutti
risvegliare in sé buoni sentimenti per gli altri

Se è possibile trovare l'acqua nel deserto,
seppur con abili stratagemmi,
allora è garantito, al cento per cento,
che ogni essere umano, re o mendicante,
può celebrare Deepavali secondo le usanze
e nel modo più bello—
con i fiori più incantevoli
e un *rangoli* sulla soglia di casa,
con la *puja* preparata per Mahalakshmi
e vassoi decorati di dolci

Ognuno può festeggiare in base ai propri mezzi
Non conta che abbia uno o mille fiori
che il *rangoli* sia semplice o intricato
che la *puja* sia modesta o estremamente elaborata
che ci siano due o dieci dolci

Lo capite, vero—
in una o cento lampade,
la fiamma è la stessa

Quindi non lasciatevi invischiare da concetti quali il più e il meno
Evitate di prendere in mano la bilancia del giudizio—
che sia per soppesare la vostra vita
o quella di qualcun altro,
o per paragonare la vostra vita a innumerevoli altre

Osservate con attenzione la natura della mente
Talvolta innalza gli altri e abbassa voi
Talvolta rende voi importantissimi
e gli altri del tutto insignificanti

Ho un suggerimento per voi, o cercatori—
Prendetevi qualche momento per diventare testimoni
di come talvolta opera la mente

Forse vi è capitato di sentir dire:
*Io sono manchevole sotto migliaia di aspetti,
ma guarda quel signore—
non troverai in lui una sola pecca!*

*Il mio vicino ha tutto,
e io? Nulla — nulla!*

Ma chi è lui, soprattutto paragonato a me?

A volte trovate che chiunque altro sia migliore di voi

E altre volte che siete voi a essere superiori

Eppure non c'è alcun beneficio

né per voi né per nessun altro

dal restare aggrovigliato in queste faccende

L'unico risultato è che il cuore si appesantisce

Si riempie di disperazione

Diviene la dimora dello sconforto

La forza interiore si esaurisce

L'entusiasmo si smorza

Perciò rinunciate a questo atteggiamento

È l'ora propizia di Deepavali

In un tale momento, perché non abbandonare i sentimenti meschini?

Lasciate che porti qualcosa alla vostra attenzione

Ascoltate con cura—

Voi avete la capacità di accendere la fiamma interiore

Voi avete l'abilità di parlare agli altri con dolcezza

Voi siete degni di riceverne le dolci parole

Voi potete, certamente, mantenere la mente leggera e brillante

Il senso della festa di Deepavali è

riunirsi nella gioia

condividere la gioia

rendere le case profumate di gioia

Ciò è reso possibile grazie alla compassione di Dio

e al frutto di buoni karma

Viene in mente una storia

È ambientata in paradiso all'ora dei pasti

A ogni persona viene dato un cucchiaino *luuunghissimo*

talmente lungo che è impossibile usarlo per mangiare

Dunque, qual è il senso di questo?

Il cucchiaino è stato fabbricato in quella forma
per far sì che le persone debbano nutrirsi a vicenda

Sì, nel periodo benedetto di Deepavali, e sempre,

è essenziale che siamo generosi

nel condividere la nostra divinità interiore,

e che osserviamo la bellissima tradizione di dare e ricevere

La vostra festa, la vostra celebrazione

Il vostro modo speciale di stare con le persone, di donare loro

Sconfinato appagamento

Shubh Deepavali

Coloro che hanno fede in Dio si faranno il dovere di dire:

In ogni cosa,

la volontà di Dio

Se la vita presenta difficoltà—

la volontà di Dio

Se acquisiscono ricchezze improvvise—

la volontà di Dio

Se le notizie sono buone, o se sono cattive—

la volontà di Dio

Non può esserci dubbio

che in ciascun momento, la mano benevola di Dio

ci sostiene

Ci si aspetta che i genitori desiderino il meglio per i propri figli

Ed esiste anche questa inconfutabile verità:

Dio è il nostro più ardente sostenitore

Perché mai la mente lo dimentica?

È una domanda da un milione di dollari

e l'unico modo per rispondere

è guardare all'interno

Per quale motivo?

C'è immenso potere nell'atto di domandare e rispondere
che avviene all'interno

Da questo rimescolio interiore scaturiscono soluzioni
che è impossibile trovare all'esterno

La comprensione si affina,

viene levigata e resa cristallina,

e a poco a poco le vostre stesse risposte a quella domanda persistente
arrivano

E, per esempio, potreste riconoscere

che se posate in voi fondamenta di desolazione
anziché di luce,

è la vostra sconfitta che state garantendo

Perciò,

dovrete essere consapevoli

Dovrete essere vigili

Dovete osservare la disciplina

Il bagliore della virtuosità

Il dono di ricordare Dio

La volontà di Dio sopra ogni altra cosa

Shubh Deepavali

Qual è il significato della fiamma ardente della lampada?

Questi versi delle scritture indiane,

recitati mentre si accende la lampada,

danno un'incantevole descrizione

ed evocano in noi il *bhav* della devozione—

*sājyam ca varti-saṁyuktaṁ vahninā yojitaṁ mayā |
dīpaṁ gṛhāṇa deveśa trailokya-timirāpaha ||
bhaktyā dīpaṁ prayacchāmi devāya paramātmane |
trāhi mām nirayād ghorād dīpa-jyotir namo 'stu te ||*

O Signore dei signori,
distruttore delle tenebre dell'ignoranza nei tre mondi,
ti prego, accetta questa lampada
dallo stoppino immerso nel ghee e accesa dal fuoco.

O Paramatma, tu che sei il grande Sé—
con profonda devozione ti offro questa lampada.
Omaggi a te, o luce della lampada.
Ti prego, proteggimi dal terribile purgatorio dell'ignoranza.

Se, nel comprendere il senso di questi versi,
fate lo sforzo di assimilare l'essenza
della festa di Deepavali,
allora sappiate questo, o mia gente—
Il fulgore dei buoni karma si diffonderà nel mondo di tutti
Lo splendore dei buoni karma illuminerà
il vostro *antahkarana chatushtaya*,
la facoltà mentale interiore
Lo splendore dei buoni karma pervaderà ogni casa e focolare
Lo splendore dei buoni karma illuminerà terre vicine e lontane
Coei che è conosciuta come Shri, la radiosa,
emanerà dai vostri buoni karma
e scintillerà nella Coscienza
di tutto l'universo

Felice Anno Nuovo!

Con amore,
Gurumayi Chidvilasananda

