

Domenica 6 settembre 2020

Cari lettori,

*Namaste.*

Dopo aver ricevuto la meravigliosa lettera ricca di informazioni di ieri da Rohini Menon, la precedente Direttrice dei *satsang* "State nel Tempio", certo stavate aspettando ciò che io, Swami Akhandananda, il *nuovo* Direttore incaricato per le trasmissioni in diretta video sul sito web del sentiero Siddha Yoga, avrei potuto annunciarvi.

Spero di essere riuscito a farvi sorridere con la mia introduzione. Lasciate che vi spieghi perché ho usato la frase *farvi sorridere*: perché sorrido da quando ho ricevuto *shaktipat* da Baba Muktananda, quand'ero adolescente. E so che anche molti, molti, *molti* di voi hanno ricevuto *shaktipat* dai nostri Guru Siddha Yoga, e spesso penso ai vostri sorrisi belli e elettrizzanti che illuminano il mondo.

Parlando di sorrisi, alcuni di voi avranno letto il libro di poesie di Gurumayi, *Smile, Smile, Smile*, o avranno ascoltato la sua registrazione audio di quelle poesie. Vi consiglio vivamente di studiare ancora questa saggezza, in questi tempi incerti. Riscoprite come queste poesie vi attirino nel cuore e rendano più chiara la vostra percezione della vita.

Ogni settimana, nel mio ruolo di Direttore, vi comunicherò l'argomento della diretta video a cui siete invitati a partecipare in quella settimana. Queste trasmissioni in diretta video avranno un carattere educativo: saranno sessioni di studio. E ho l'onore di condividere con voi che Gurumayi ha dato un titolo che motiverà tutti noi a studiare ancora di più:

स्वाध्याय

*Svādhyāya*

Imparerete di più sul significato di questo titolo, "*Svadhyaya*", nelle sessioni di studio settimanali.

La SYDA Foundation terrà la prima sessione di studio di "*Svadhyaya*" sabato 12 settembre, in diretta video nella Sala universale Siddha Yoga. Vi fornirò maggiori dettagli su questa sessione di studio, incluso l'orario, in una comunicazione successiva.

Come tutti voi sapete bene, durante la pandemia avete fatto ogni sforzo per rispettare una grande frase di due parole: *stay safe* (*state al sicuro*). Durante il 2020, *State al sicuro* è diventato un ordine che molti governi di tutto il mondo hanno dato ai loro cittadini. E queste parole hanno fatto sorgere emozioni e reazioni diverse; hanno portato alla luce il rapporto di amore-odio che le persone hanno con lo stare a casa e mantenere una distanza fisica l'uno dall'altro, con l'essere senza lavoro (e l'effetto che ha sul loro sostentamento), con i bambini che non vanno a scuola, e così via. Un numero astronomico di persone ha dovuto rovesciare la propria vita in risposta agli ordini e alle norme di protezione del governo. Alcune persone sono state in grado di cavarsela abbastanza bene durante questo periodo, e sono riuscite anche a renderlo produttivo e fruttuoso; ma non tutti hanno avuto le risorse per superare le varie sfide che sono apparse davanti a loro, apparentemente all'improvviso.

Di fronte a tutto questo, cosa dobbiamo fare noi, quali studenti sul sentiero del Siddha Yoga?

Indipendentemente dall'intensità delle attuali circostanze, e dal forte impatto che la pandemia ha avuto sulla nostra vita, dobbiamo ricordare l'insegnamento di Gurumayi: "Fai del tuo meglio in ogni situazione". Proprio quest'anno, Gurumayi ha detto che possiamo considerare queste parole — *state al sicuro* — come una affermazione cara. Pensando a voi stessi e dicendovi l'un l'altro: "Stai al sicuro", affermate che la vostra vita, e quella degli altri, hanno in sé la benedizione della sicurezza. Invitate la sicurezza e la salute a entrare nella vita di tutti.

State al sicuro, tutti quanti!

Permettetemi di concludere con un gioco di parole per accendere il vostro sorriso:

Una domanda su cui riflettere: qual è la parola più lunga in lingua inglese?

La risposta è: *sorrise (smiles)*. Perché c'è un *miglio (mile)* tra la prima e l'ultima lettera!

Cordiali saluti,

Swami Akhandananda

Direttore delle sessioni di studio

SYDA Foundation



© 2020 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.