

Lettera di ringraziamento

Sessioni di studio di *Svādhyāya*

Giovedì 29 ottobre 2020

Cari lettori,

Namaste!

Quanto mi son sentito onorato di soddisfare la richiesta di Gurumayi Chidvilasananda di essere l'insegnante delle sessioni di studio di *Svādhyāya*. Tutti voi che avete partecipato ai *satsang* e agli Intensivi Shaktipat di Gurumayi, negli Ashram Siddha Yoga o in una qualsiasi delle tappe delle sue Visite d'insegnamento in tutto il mondo, saprete che Gurumayi sottolinea sempre l'importanza e anche i grandi frutti che derivano dal compiere con regolarità le pratiche Siddha Yoga, come *svādhyāya*.

Sento che negli ultimi due mesi siamo stati tutti nella "zona di *svādhyāya*". Questo non poteva essere più importante, dato che il mondo, come sapete, è in uno stato di estrema agitazione—e tutti ne siamo stati coinvolti. Siamo stati in bilico fra la vita e la morte, cercando di orientarci nella pandemia, fra i lockdown, gli sconvolgimenti politici e i molti modi in cui le nostre vite vengono stravolte. Essere vivi in questo momento significa avere una storia tragica. Abbiamo perso numerosissime persone care; troppe vite straordinarie, troppe storie sono state stroncate.

Ricevere il *prasad* di Gurumayi di continuare a conoscere il grande Sé, il Sé supremo, il Sé immortale, nelle ultime settimane, è quindi veramente elevante. In questo periodo imprevedibile, siamo riusciti a coltivare una conoscenza profonda e a raccogliere energie sacre all'interno del nostro essere. Possiamo essere molto orgogliosi di sapere che grazie agli insegnamenti del Siddha Yoga abbiamo imparato a usare il nostro tempo e le nostre facoltà in modo ottimale in questo mondo.

Quale Direttore e insegnante delle Sessioni di studio di *Svādhyāya*, sono enormemente lieto che così tante persone abbiano dedicato del tempo e abbiano trovato lo spazio per partecipare alle sessioni. Ogni settimana vi siete applicati a studiare e perfezionare la

vostra pratica della *Shrī Guru Gītā*. Vi raccomando di ringraziare voi stessi e chi vi ha incoraggiato a partecipare.

Desidero ringraziarvi anche per la costanza e la dedizione che avete dimostrato. So che quelli di voi che recitavano già regolarmente la *Shrī Guru Gītā*—alcuni da più di quarant'anni!—hanno preso a cuore il mio consiglio di avvicinarsi a questa pratica come se fosse nuova. Mi congratulo molto con voi per aver portato la vostra "mente da principiante" e uno spirito di ricettività a conoscere i vari aspetti di *svādhyāya*. Inoltre, una cosa che fa molto piacere a un insegnante è quando gli studenti fanno domande pertinenti, esplorative e attentamente ponderate. Avete fatto esattamente questo, inviandomi domande profonde e pratiche; indicavano che stavate contemplando ciò che avrebbe sostenuto al meglio la vostra *sāadhanā* Siddha Yoga.

Da queste sessioni di studio mirato dovrete aver riconosciuto quanto sia importante trovare il tempo per studiare, capire e applicare all'impegno in ogni pratica Siddha Yoga la vostra conoscenza che fiorisce. Continuate lo studio e continuate a visitare il sito web del sentiero Siddha Yoga. Quanto più purificate l'intelletto, tanto più la vostra conoscenza nutre voi e chi è intorno a voi. Dopo tutto, è il nutrimento spirituale, il nutrimento dell'anima, che guarisce questo mondo.

Cari saluti,

Swami Akhandananda

Direttore delle Sessioni di studio di *Svādhyāya*

SYDA Foundation

