

Riflessioni su Gurumayi Chidvilasananda

Gurumayi mi indica la via

di Prachi Bawari

Anche quand'ero bambina, capivo e sentivo che la grazia del Guru è sempre presente. Sono cresciuta a Lucknow, in India, seguendo il sentiero Siddha Yoga con la mia famiglia. Negli anni, ho scritto a Gurumayi, le ho rivolto preghiere, ho offerto *seva* nel centro di meditazione Siddha Yoga, e durante le mie vacanze andavo nel Gurudev Siddha Peeth. A ogni passo e ogni tappa fondamentale della mia vita, ho avvertito la presenza di Gurumayi che mi proteggeva, nutriva e guidava.

Da Gurumayi ho anche appreso che noi, in quanto studenti sul sentiero Siddha Yoga, dobbiamo fare uno sforzo per riconoscere la presenza costante di questa grazia e impegnarci di persona nella *sadhana* per sperimentarne la forza.

Una volta diventata adulta, con le responsabilità famigliari e professionali, ci sono stati momenti in cui ho dimenticato la presenza della grazia nella mia vita e ho dimenticato le bellissime esortazioni di Gurumayi sull'importanza dello sforzo personale.

Verso la fine del 2014, durante una settimana impegnativa sul lavoro, mi ritrovai in uno stato di grande agitazione mentale; per quanto mi sforzassi, non riuscivo a sentirmi all'altezza delle mie aspettative su di me, e delle aspettative dei miei superiori. Come risultato, ero irritata e insoddisfatta di me stessa e di chi mi stava intorno. Alla fine di quella settimana, pregai Gurumayi di indicarmi la via.

Quella notte feci un sogno. Mi vidi in un ampio spazio, circondata da molta gente. Di colpo, in mezzo alla folla, scorsi Gurumayi splendente del suo radioso sorriso, che guardava dritto verso di me. Il mio cuore ebbe un sobbalzo di gioia quando mi avvicinai per salutarla.

Gurumayi mi guardò con occhi traboccanti di compassione, come a voler riconoscere ciò che stavo attraversando sul lavoro. Poi, guardandomi, mi disse: "Niente aspettative!" Ferma. Chiara. Era una istruzione forte e amorevole.

La mattina, quando mi svegliai, le parole di Gurumayi mi risuonavano ancora nella testa. Nel mio cuore ero felice di aver ricevuto il *darshan* del Guru. Ero piena di entusiasmo, volevo investigare e capire cosa intendesse. Guardai nel dizionario, dove trovai che *aspettativa* significa: “qualità o stato di aspettativa; attesa; fede o desiderio che anticipa”.

Mi chiesi: *Non è che mi aspetto sempre qualcosa? Ho cominciato a vivere in questo stato di desiderio che anticipa?* Mi misi a osservare i miei pensieri e le motivazioni che stavano dietro le mie azioni, durante tutto il giorno. Ne fui stupefatta! Non avevo idea di essere così piena di aspettative. Per esempio: quando mi capitava di lavorare qualche ora in più, mi aspettavo di essere lodata e riconosciuta come una grande lavoratrice all'interno del gruppo. Quando mi offrivo per assistere un collega, mi aspettavo che la mia saggezza e generosità fossero riconosciute. E mi accorsi che quando queste aspettative venivano deluse restavo contrariata e maldisposta.

Osservando ciò, decisi di cambiare. Portai nella mia giornata le due parole di Gurumayi “Niente aspettative!”, facendo lo sforzo cosciente di non avere aspettative. Ogni volta che vedevo che mi stavo riempiendo di aspettative, ripetevo il mantra *Om Namah Shivaya*. Se la giornata non scorreva secondo i miei piani, ripetevo il mantra e facevo uno sforzo cosciente di lasciare andare il mio desiderio per quel particolare risultato. Quasi subito divenni più stabile e mi sentii più libera. Se qualcuno non si comportava come io mi aspettavo che facesse, ripetevo il mantra e la mia agitazione si placava. Se la mia famiglia non mi sosteneva nel modo che avevo immaginato, ripetevo il mantra e facevo uno sforzo per capire con più chiarezza il loro punto di vista. E se il mio superiore non era contento del mio lavoro, ripetevo il mantra e riconoscevo che questa era un'altra opportunità per migliorare e avanzare.

Le parole di Gurumayi mi guidavano a stare nel momento presente, anziché perdermi nella giungla di desideri futuri e di risultati attesi. Con la grazia di questa guida, sono ora sempre più in grado di offrire il meglio di me in quello che faccio, e poi di andare avanti.

Negli anni, tante volte mi sono appellata alla grazia sempre presente di Gurumayi e mi sono sforzata di seguire il sentiero che lei mi ha indicato, e ogni volta procedo in uno stato di maggiore libertà.

Sono davvero grata al mio Guru per il dono della sua grazia e perché mi indica continuamente la via.



© 2020 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.