

Raccogli un mango della Felicità del compleanno

Da dove vieni?

Un'estate il mio amico Gerry, che non era un devoto del Siddha Yoga, era in visita all'Ashram Shree Muktananda, e si trovava nell'atrio quando Gurumayi gli passò accanto. Gurumayi si fermò e lo guardò.

"Da dove vieni?" chiese. Si fermò solo per un istante, poi proseguì prima che lui rispondesse.

Pochi giorni dopo, quando lasciò l'Ashram per tornare a scuola, Gerry portò con sé le parole di Gurumayi, "Da dove vieni?"

Suo padre era morto quando lui era molto giovane e per anni era stato separato dalla famiglia del padre. Dato che la domanda "da dove vieni?" continuava a risuonargli in testa, Gerry decise di cercare la famiglia del padre. Non aveva idea di dove cercare, quindi iniziò con Internet.

Nei recessi della mente ricordava il nome della zia, sorella del padre. Lo cercò online, ed ecco, trovò un elenco che conteneva il suo nome. Cosa ancora più sorprendente, l'indirizzo era raggiungibile a piedi! Quindi Gerry si presentò a casa della zia.

Aveva un po' di timore che la zia non lo accogliesse. Quando bussò alla porta, una donna di mezza età rispose, e Gerry disse: "Ciao, sono il figlio di tuo fratello". Era preparato a un eventuale rifiuto. La zia invece spalancò le braccia e lo abbracciò così forte che lui quasi cadde. Lei disse: "Oh Dio mio! Dio mio! Ti abbiamo cercato per tutta la vita! Dove sei stato?"

In casa, la zia aveva dappertutto foto di Gerry da bambino. Mentre parlavano, non smetteva di piangere.

"Come ci hai trovato?" chiese.

Lui le raccontò la storia: "Un Guru indiano di nome Gurumayi mi ha chiesto da dove venivo, così ho iniziato a cercare, e questo mi ha condotto qui".

La zia si alzò, uscì dalla stanza e tornò con in mano un CD. Spiegò, con voce piena di stupore, che il CD, una registrazione di Gurumayi che recitava il mantra *Om Namah Shivaya*, glielo aveva dato un amico.

"Lo ascolto molto" disse. "Mi dà sollievo".

La domanda apparentemente semplice di Gurumayi, "Da dove vieni?", aveva cambiato per sempre la vita di Gerry.

Shri Guru Gita, strofa 113

Si dovrebbe meditare sul Guru, che è più alto del più alto, che dispensa sempre la beatitudine, che è seduto al centro dello spazio del cuore, splendente come un puro cristallo.

Shri Guru Gita, strofa 93

Mi inchino sempre a Shri Guru, che è beatitudine. Egli è sempre allegro ed emana gioia. La sua vera natura è conoscenza e consapevolezza del Sé. Egli è il supremo tra gli yogi ed è adorabile. È il medico che cura la malattia dell'esistenza terrena.

Ora vedo la meraviglia

Cara Gurumayi,

grazie infinite per la settimana di incredibile trasformazione all'Ashram Shree Muktananda! Sono venuto da Ann Arbor, in Michigan, con mia figlia; l'esperienza è stata profonda per entrambi. Durante il viaggio di ritorno ad Ann Arbor, abbiamo parlato ininterrottamente per cinque ore della nostra bellissima esperienza, progettando come avremmo portato davvero l'Ashram a casa con noi.

Il mattino seguente, quando uscii a portar fuori il cane, notai la bellezza dei nostri alberi alla luce del primo mattino, e mi vennero le lacrime agli occhi. Mi resi conto di quanto inconsapevolmente vivo la mia vita senza notare le cose meravigliose che mi circondano. Dopo essere tornato, ho avuto molti piccoli momenti come questo. È chiaro che il tempo trascorso all'Ashram ha cambiato qualcosa di molto profondo dentro di me. Prima di

quella visita, mi sentivo ansioso e teso; dopo la visita, mi sono sentito improvvisamente liberato dalle montagne di polvere che mi coprivano il cuore.

Ora mia moglie e io abbiamo deciso di dedicare almeno mezz'ora al giorno a una pratica Siddha Yoga. Sappiamo che questo è un modo per onorare il tempo che ho trascorso all'Ashram e per portare davvero l'Ashram a casa.

Ti ringrazio perché mi riporti a casa, ripetutamente, nel mio Sé più intimo.

Con profonda gratitudine e amore,

un devoto

Shri Guru Gita, strofa 36

Omaggi a Shri Guru, grazie alla cui realtà il mondo è reale, grazie alla cui luce è illuminato, e grazie alla cui gioia le persone sono gioiose.

Anandatse Dohi

Nel grande flusso di beatitudine
sorgono delle onde
e anch'esse non sono altro che beatitudine,
perché la beatitudine è la natura di ogni particella
di questo corpo di beatitudine.

Questo è il mio stato.
Come posso descrivere questa beatitudine con le parole?
La gioia interiore mi assorbe così totalmente
che non posso proprio immaginare di cercare la felicità
nel mondo esterno,
con i sensi.

Come quando un bambino
è ancora nel grembo di sua madre,
i suoi desideri si riflettono nella madre
e diventano i desideri di lei,

allo stesso modo, dice Tukaram,
questa beatitudine si riflette nel mio essere
e ogni cosa che esce dalla mia bocca
è un'espressione
di quell'esperienza di beatitudine.

Shri Guru Gita, strofa 114

Proprio come l'immagine di un cristallo si riflette in uno specchio, così la beatitudine, che è coscienza, si riflette nel Sé, e sorge la realizzazione: "In verità, io sono Quello".

Espressioni dell'amore per Gurumayi da parte di giovani devoti

Quattro disegni di bambini.

Gurumayi mi ama tantissimo

Cara Gurumayi,

essere sul sentiero Siddha Yoga con un Guru come te, ed essere studente Siddha Yoga sotto la guida di un Guru come te, vuol dire poter sviluppare un cuore d'oro. E so che avere un cuore d'oro è il modo più bello e puro di vivere. Grazie.

Un giorno hai voluto che mio figlio, di quattro anni, ricevesse una scatola di biscotti. Mi chiedesti di scegliere quali. Mentre stavi lasciando la stanza, dicesti: "Penso sempre a tuo figlio" e, continuando a camminare, "Perché mi piace". Poi ti girasti verso di me e con un sorriso mi chiedesti: "A te piace?"

Ci pensai e mi resi conto che, sebbene amassi profondamente mio figlio, a volte non mi sforzavo di apprezzarlo. ☺ Appena ebbi questo pensiero, un'enorme quantità di amore per lui iniziò a riempire il mio cuore. Qualche giorno dopo, quando tornò da una visita ai parenti, non potevo credere quanto fosse adorabile! Mi piaceva davvero!

Nell'apprezzarlo, provavo tantissima gioia e divertimento e ancora più amore. ☺ E lui rispondeva così positivamente! Mi resi conto che mostrargli il mio affetto apre la porta a vivere con il cuore aperto, a vedere e sperimentare il mondo più come vuole Dio.

Cara Gurumayi, grazie per i tanti modi visibili e invisibili in cui insegni e dai la tua guida e il tuo amore.

Con grande amore e gratitudine,

una devota

P.S. Quando ho dato a mio figlio i biscotti, ha detto, come fa sempre quando riceve i biscotti da qualcuno: "Gurumayi è rimasta sveglia tutta la notte a cuocerli per me, perché Gurumayi mi ama tantissimo".

Fiducia in se stessi!

Cara Gurumayi,

grazie di avere iniziato il training di formazione per i giovani. Apprezzo davvero tutto ciò che fa la Fondazione SYDA, e sono grata di aver avuto l'opportunità di imparare così tanto sulla Fondazione, e di studiare il Briefing sulla Missione del Siddha Yoga.

Mi sono piaciute le tante discussioni e i giochi di ruolo in cui i partecipanti si sono impegnati, che ci hanno aiutato a comprendere ed esprimere pienamente il contenuto del Briefing. Lo scopo della formazione è stato raggiunto.

Vorrei condividere con te quanto sia stato stimolante per me, tornata a casa a Kansas City, applicare così rapidamente alla mia vita quotidiana ciò che ho imparato e compreso. Per la prima volta ho avuto la sicurezza e la capacità di parlare apertamente con una delle mie più care amiche, che non è una Siddha Yogi, di cos'è per me il sentiero Siddha Yoga. Non solo, abbiamo avuto una conversazione così interessante e coinvolgente che alla fine della serata mi ha chiesto di prestarle uno dei tuoi libri, *Lo Yoga della Disciplina*. Era affascinata da ciò che avevo condiviso con lei sugli insegnamenti Siddha Yoga.

La vita è fantastica, e la mia continua ad andare sempre meglio! Grazie!

Sempre con amore,

una devota

Shri Guru Gita, strofa 89

Mi inchino al Sadguru, che è la beatitudine di Brahman e il dispensatore della gioia più alta. Egli è l'Assoluto. È l'incarnazione della conoscenza. È al di là della dualità, è onnipervadente come il cielo. È l'oggetto della grande affermazione delle Upanishad: "Tu sei Quello". Egli è uno. È eterno. È puro. È immobile. È il testimone di tutti i pensieri. È al di là di tutte le modificazioni della mente e del corpo ed è libero dai tre guna.

La campanella allegra

Undici anni fa, nel giorno del tuo compleanno, hai dato a tutti una "Campanella allegra". Voglio che tu sappia quanto sia stata importante quella campanella nella mia vita, nel corso degli anni.

Ricordo che chiedesti a Swami Vasudevananda di insegnarci come usare la campanella. Egli disse: "Suonatela, dite il mantra, ed esprimete un desiderio o una preghiera". L'ho fatto praticamente ogni giorno per undici anni. La campanella è sulla mia puja, ancora legata con il suo nastro giallo come nuovo, e la suono ogni mattina, come parte della mia pratica.

Per un po' di anni, quando suonavo la campanella esprimevo un desiderio o una preghiera. Poi, dopo che ci hai insegnato a creare un'intenzione, per guidare il mio rituale della campanella ho usato il chiaro focus dell'intenzione: ogni giorno formulavo un'intenzione specifica. Per un paio d'anni chiudevo gli occhi e dicevo: "Il mio desiderio per oggi è il/la del Guru", e chiedevo che si manifestasse in me quel giorno una tua qualità specifica, come la visione del Guru, il calore del Guru, la chiarezza del Guru, la risata del Guru.

Dal profondo del mio cuore, ti ringrazio per il miracolo della tua grazia. E così, mentre ci avviciniamo a un altro compleanno – per entrambi, dato che il 24 giugno è anche il mio compleanno – mi inchino ai tuoi piedi con profonda gratitudine.

Sempre con amore e devozione,

un devoto

Avadali Gurumayi

Adoro Gurumayi con tutto il cuore.

Appare inutile passare la vita
in cerca del denaro e di ogni tipo di ricchezza.
Anche soffermarsi su problemi e impressioni della mente
è una perdita di tempo.

Quanto è meglio
continuare a ricordare il nome di Dio
e rimanervi immersi.

Sono convinto
che questo è l'unico rimedio.

Senza la compagnia dei santi
non c'è modo di poter attraversare
l'oceano della mondanità.
Questo è il motivo per cui la mia mente ne è così attratta.

Tukadyadas è convinto di una cosa:
senza incontrare il Guru,
non c'è speranza per nessuno.

Saluti dal regno animale

Alcuni anni fa, durante una visita di insegnamento a Seattle, Washington, c'era un gabbiano che veniva ogni giorno alla finestra di Gurumayi e batteva un saluto sul vetro. Ovunque Gurumayi vada, viene accolta dai membri del regno animale. A volte si tratta di un cane affettuoso, che va incontro a Gurumayi quando lei fa la sua passeggiata; poi ritorna ogni giorno, spesso con uno o due amici cagnolini, e aspetta fedelmente Gurumayi, vicino alla sua porta.

A Sydney, in Australia, durante una delle visite di insegnamento di Gurumayi, una mattina un piccolo adorabile cacatua entrò in volo dalla finestra per fare colazione. Per tutto il tempo in cui Gurumayi restò a Sydney, l'uccellino viveva lì come a casa sua. Gli piaceva posarsi sulla spalla di Gurumayi e cantare per lei.

Shri Guru Gita, strofa 92

Ha due occhi. È avvolto in vesti bianche. Il suo corpo è cosparso di cenere bianca e adornato da perle e ghirlande di fiori bianchi. È gioioso. Ha un sorriso gentile. È un tesoro inesauribile di grazia. La divina Shakti è seduta in grembo a lui dal lato sinistro.

Mi muovo con te

Disegno con parole:

Mi muovo con te
Buon compleanno Gurumayi!
Tutto il mio amore

Il modo in cui danzi

Cara Gurumayi,
grazie Gurumayi, per aver cantato e danzato con noi stasera, la vigilia di Capodanno 2011.

Sei così bella, Gurumayi. Guardarti mentre ti muovi e danzi in modo così grazioso, così libero e così creativo, è meglio di qualsiasi spettacolo di danza professionale che possa mai vedere, perché tu, mia Amata, danzi la Danza Divina dell'universo.

Grazie.

Amore sempre,
Un devoto

Spazza il tuo cuore

Cara Gurumayi,

domenica mattina hai parlato dell'importanza di mantenere la pulizia in tutte le parti dell'Ashram Shree Muktananda. Hai detto che dovremmo mantenere più che una semplice facciata di pulizia. Riflettendoci, questo ha assunto per me sempre più significato: perché pulire solo gli spazi che le persone vedono normalmente, se l'intenzione del pulire va ben oltre le impressioni superficiali?

Poche ore dopo il tuo discorso, ho avuto la fortuna di poter compiere direttamente il tuo comando. Ho passato il pomeriggio, con altri due sevaiti, a ripulire due ripostigli vicino alla Grotta di Meditazione, nell'Anugraha. Ho strofinato, spazzato, lavato, passato l'aspirapolvere, lavato le pareti e spostato i ragni.

Nel breve arco di due ore, noi tre siamo riusciti a trasformare completamente due stanze, da luoghi cupi, opprimenti e polverosi quali erano, a delle stanze aperte, pulite e invitanti. Il compito di pulire le stanze non era stato né difficile né monotono. Sembrava un riflesso dell'insegnamento di Baba: "Prendi una scopa e spazza il tuo cuore". Gurumayi, tu ci insegni continuamente a lasciare che la nostra grandezza interiore e le nostre qualità dorate risplendano.

Grazie per tutto ciò che ci insegni, Gurumayi.

Buon compleanno!

Ti amo,

un devoto

Shri Guru Gita, strofe 59 e 60

Possa il divino sguardo del Guru posarsi sempre su di me. Esso crea tutti i mondi. Porta ogni nutrimento. Il suo punto di vista è quello di tutte le sacre scritture. Considera inutile la ricchezza. Rimuove le colpe. Resta sempre focalizzato sulla Realtà ultima. È il supremo governatore dei tre *guna*, che costituiscono il mondo. La sua unica meta è condurre gli altri sul sentiero della liberazione. È la colonna portante che sostiene il palcoscenico di tutti i mondi. Dispensa il nettare della compassione. Racchiude in sé tutti i *tattva*, i principi della creazione. Crea il tempo. È *sacchidananda*.

Shri Guru Gita, strofa 90

Mi inchino al Guru, che è Brahman, eterno e puro. Egli è al di là della percezione, senza forma e immacolato. Egli è conoscenza eterna, coscienza e beatitudine.

La cattedrale della natura

Durante una delle visite di insegnamento di Gurumayi in Messico, i devoti messicani la invitarono a visitare l'antico sito di pellegrinaggio azteco di Tepozteco, vicino a Cuernavaca. Il tempio di Tepozteco si trova su un altopiano sul lato di una montagna, e può essere raggiunto solo salendo un sentiero molto ripido e stretto attraverso la foresta. Molti devoti avevano preceduto Gurumayi per accoglierla al suo arrivo al tempio. Quando Gurumayi giunse in cima al sentiero, poteva vedere in lontananza i loro volti, che facevano capolino da dietro le rocce, per guardarla salire. Gurumayi iniziò a cantare per loro *Om Namah Shivaya*.

I devoti risposero con gioia *Om Namah Shivaya*. Sentendo il suono del mantra, i devoti che si trovavano sul sentiero più avanti cominciarono a scrivere *Om Namah Shivaya* su dei foglietti di carta, e li sistemarono sugli alberi come se fossero foglie, perché Gurumayi e gli altri che salivano li trovassero.

Presto il canto di *Om Namah Shivaya*, a chiamata e risposta, riecheggiava su e giù per la montagna, dal Guru al discepolo, un canto glorioso che riempiva l'aria nella verde cattedrale della natura.

Fai la tua domanda alla luna

Una coppia che viveva a Thane, nel Maharashtra, andava in visita al Gurudev Siddha Peeth abbastanza spesso, per offrire seva. Il loro figlio di cinque anni andava sempre con loro all'Ashram.

Un giorno il bambino, parlando con Gurumayi, chiese: "Se non sono con te, e ho una domanda per te, cosa dovrei fare?"

Gurumayi rispose: "Se capita questo, vai a guardare la luna, fammi la domanda e io ti sentirò". Poco tempo dopo, una sera, il bambino era a casa e disse alla madre che voleva parlare con Gurumayi. Lei chiese: "Ti ricordi cos'ha detto Gurumayi?"

Lui annuì, poi uscì e guardò la luna. Qualche istante dopo il telefono di casa squillò.
Quando la madre rispose, sentì la voce di Gurumayi.
Gurumayi disse: "Di' a tuo figlio che ho sentito la sua domanda".

AUM

Immagine di una scultura di Aum

Grazie!

Grazie di aver visitato
il giardino del Gurudev Siddha Peeth
&
di aver gustato i manghi della Felicità del compleanno.



© 2019 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.
(Swami) MUKTANANDA, GURUMAYI, e SIDDHA YOGA
sono marchi depositati della SYDA Foundation®.