

## Le due settimane degli antenati Pitṛ-Pakṣa

Una delle tradizioni seguite sul sentiero Siddha Yoga è l'osservanza di Pitṛ-pakṣa,<sup>1</sup> che significa: "le due settimane degli antenati". Questo periodo di 14 giorni cade nel mese lunare indiano di Āśvina, che nel calendario gregoriano corrisponde a settembre o all'inizio di ottobre. L'origine di questa tradizione risale alla scrittura più antica dell'India, i *Ṛigveda*. Pitṛ-Pakṣa è descritta nelle scritture, soprattutto nei *Purāṇa*,<sup>2</sup> come una grande occasione per onorare ed esprimere gratitudine a chi ci ha preceduto e ci ha aperto il cammino: i familiari, gli amici, i benefattori e le innumerevoli anime defunte, che hanno portato grazia, saggezza, protezione e amore nella nostra vita.

Nella tradizione vedica, il termine "antenati" comprende tre generazioni di parenti defunti, da parte del padre e da parte della madre, cioè i genitori, i nonni e i bisnonni. Sono compresi anche altri parenti scomparsi, come coniugi, figli, fratelli, zii e zie e i suoceri. Durante Pitṛ-Pakṣa, possiamo onorare anche gli amici, i vicini, gli insegnanti, i mentori, e perfino gli animali domestici, che hanno lasciato questo mondo.

Secondo il *Garuḍa Purāṇa*, venerando i propri antenati si ottengono longevità, figli, il paradiso, fama, salute, forza, fortuna, felicità, prosperità e cibo in abbondanza.<sup>3</sup> Il *Viṣṇu Purāṇa* afferma che chi compie con fede i rituali per gli antenati fa felice il mondo intero.<sup>4</sup>

L'osservanza di Pitṛ-Pakṣa è un modo per armonizzarci con le forze della natura. Noi che viviamo in questo mondo e coloro che sono defunti, siamo tutti parte dell'unico potere vitale della Coscienza che è alla base del creato. Per questo, offrire e ricevere preghiere e gratitudine è cosa propizia per la nostra vita e per la vita di chi ci ha preceduto in questo mondo.

Tramite l'osservanza di Pitṛ-Pakṣa, si offrono i meriti delle pratiche spirituali come benedizioni per i defunti. Compiaciuti della venerazione compiuta per loro, gli antenati in cambio donano benedizioni ai loro discendenti e amici.

## Forme di osservanza raccomandate

Durante Pitṛ-Pakṣa è tradizione dedicare ai nostri antenati le pratiche spirituali come la meditazione, il canto, la ripetizione del mantra e la preghiera. Un altro modo potente di mandare benedizioni ai nostri antenati e amici defunti è dedicare loro la recitazione della *Śrī Guru Gītā*.

In nome dei nostri antenati, possiamo anche fare donazioni alle organizzazioni senza scopo di lucro, come la SYDA Foundation, oppure dare cibo o abiti a un ente di beneficenza.

## Attività da cui astenersi

Durante queste due settimane, è consigliato astenersi dall'iniziare nuovi progetti o attività importanti. Non sono raccomandati i viaggi intercontinentali o internazionali, mentre vanno bene i viaggi brevi in aereo o in macchina. Se dovete viaggiare durante questo periodo, è opportuno essere particolarmente vigili e cauti, e offrire preghiere per avere protezione. Durante Pitṛ-Pakṣa è considerato propizio viaggiare per pellegrinaggio, oppure iniziare una pratica spirituale.

Per favore, considerate queste linee guida come dei suggerimenti, e fate i vostri piani nel modo più appropriato alla situazione.



© 2018 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

---

<sup>1</sup> Il termine sanscrito Pitṛ-Pakṣa può essere pronunciato: “*pitri paksha*”. Non c’è vocale dopo la *r*, perciò questa lettera è pronunciata come una normale “*r*” inglese con un leggero suono di una “*i*”

<sup>2</sup> I *Purāṇa* sono testi sanscriti dell’India che raccontano le gesta degli dei e la creazione, il mantenimento e la dissoluzione dell’universo.

<sup>3</sup> *Garuḍa Purāṇa* 10.5.57-59: *Sankṣipta Garuḍa Purāṇa*, Geeta Press, Gorakhpur, Uttar Pradesh, India; (traduzione da hindi di Pratibha Trimbake)

<sup>4</sup> *Viṣṇu Purāṇa* 3.14.2: *Viṣṇu Purāṇa*, Geeta Press, Gorakhpur, Uttar Pradesh, India; (traduzione da hindi di Pratibha Trimbake)