

Dedicare tempo al tempo

a marzo

1° marzo 2025

Cari lettori,

È tempo di un'altra lettera. È tempo di accogliere la primavera, nell'emisfero settentrionale. È tempo di contattare ancora tutti voi, miei compagni Siddha Yogi e nuovi cercatori, che sono tanto desiderosa di conoscere.

Nella mia ultima lettera, ho scritto di alcune delle domande che possiamo contemplare mentre studiamo il Messaggio di Gurumayi per il 2025 e i suoi insegnamenti di *Alla presenza del tempo*. Ad esempio: il tempo è davvero diviso e misurabile, o questa è solo una storia che ci raccontiamo, mentre il tempo rimane come è sempre stato: infinito e, in una certa misura, inconoscibile? Il tempo può avere una personalità propria? O le qualità che percepiamo in un determinato periodo di tempo sono soltanto uno specchio delle nostre esperienze soggettive che cambiano continuamente? Cambia il tempo o cambiamo *noi*? Delimitarlo è importante?

Se vivete in un luogo con stagioni distinte, come il nordest degli Stati Uniti, dove si trova l'Ashram Shree Muktananda, allora la questione se e come cambi il tempo è quasi certamente influenzata da ciò che vedete intorno a voi. Ogni stagione è notevolmente diversa dalle altre; il passaggio dall'una all'altra è un indicatore innegabile del passare del tempo. Ma c'è uno schema in questo movimento: le stagioni si susseguono in un ciclo. Ciò che prima vibrava di vitalità va a riposare; ciò che era dormiente sboccia di nuovo. Il tempo allora è una linea o è un cerchio? O è una forma completamente diversa?

Marzo è il mese dell'equinozio di primavera, e la primavera porta con sé i primi segni di una vita nuova. Teneri germogli verdi spuntano dal terreno. C'è *qualcosa* di ineffabile nell'aria che si fa tiepida: la promessa di più luce, forse, mentre le giornate visibilmente si allungano; il tacito fermento che accompagna ogni nuovo inizio. Non sorprende che ci siano così tante feste associate alla primavera, in tutto il mondo. In

India, ad esempio, si celebrano Holi e Gudhi Padva, che quest'anno ricorrono entrambe a marzo.

Trovo utile, perfino incoraggiante, pensare alla primavera e alle sue caratteristiche, dato il periodo attuale in cui viviamo. Per molte persone, osservare ciò che sta accadendo nel mondo può essere motivo di turbamento; la perdita di stabilità è forte. Ogni giorno, la nostra attenzione, le nostre emozioni possono vacillare tra il dispiacere per ciò che è e un'instancabile fede in ciò che potrebbe essere — che *deve* essere, se abbiamo qualcosa da dire al riguardo. Il nostro desiderio di ritrarci e indietreggiare può essere eguagliato solo dalla nostra motivazione a portare un cambiamento reale e significativo. Sembra esserci più agitazione che mai, sia intorno a noi che dentro di noi. Ma in fondo non è questa la natura della vita? La lotta per trovare risposte — su ciò che pensavamo di aver capito ma che ora mettiamo in dubbio, e su ciò che magari non abbiamo mai davvero capito — fa parte dell'essere umano pensante.

Comunque, mi conforta la capacità apparentemente illimitata delle persone di creare felicità — di trovare ed espandere la gioia. Nel corso della storia, gli esseri umani hanno dovuto sopportare periodi di indicibili difficoltà. E tuttavia hanno sempre trovato *qualche* ragione, *qualche* occasione per festeggiare. In mezzo a qualsiasi sfida abbiano dovuto affrontare, si sono seduti insieme e hanno spezzato il pane. Hanno condiviso storie, hanno fatto musica, si sono abbracciati nella danza. Si sono innamorati; si sono sposati. E ogni anno, quando arrivava la primavera, hanno riconosciuto la bellezza e la generosità della natura. Hanno scelto di ricordare la bontà della vita.

Questa nozione di ondeggiante possibilità — di speranza, di resilienza — è alla base degli insegnamenti di Gurumayi in *Alla presenza del tempo*. È qualcosa che molti di voi hanno già colto. Uno di voi ha recentemente condiviso sul sito web del sentiero Siddha Yoga:

Questa pratica e studio del tempo, di cui Gurumayi ci sta ringraziando, sono davvero emozionanti, per tantissime ragioni. Ora mi sveglio ogni giorno dicendo a me stesso con grande aspettativa: "Oh, chissà quale tempo è oggi!"

Sì; quale tempo è? Quale tempo sarà? La *tabula rasa* di tutto, la prospettiva che ogni giorno può essere nuovo — o almeno, che noi possiamo essere nuovi, nel modo in cui

approciamo e usiamo il nostro tempo— dà nuovo vigore. Nell' Ashram Shree Muktananda, una delle prime piante che vediamo in primavera è il bucanave. È un fiore modesto, i suoi piccoli petali bianchi sono sospesi a pochi centimetri dal terreno, ma ha una resistenza eccezionale. Spesso compare quando ghiaccio e neve sono ancora sul terreno; in effetti, i bucanave hanno la capacità di reagire alla temperatura, chiudendosi su sé stessi per proteggersi quando il clima è molto freddo, e riaprendosi quando si riscalda di nuovo. A modo loro, quindi, questi fiorellini hanno una lezione per noi: una lezione su come trionfare sulle sfide, su come rimanere impavidi di fronte a ciò che è accaduto, su come vivere con la consapevolezza che nessuna condizione è definitiva. Abbiamo sempre a disposizione una maggiore forza interiore.

Cordiali saluti,

Eesha Sardesai



© 2025 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.