

## CAPITOLO 4

### IL MIO GURU

*Om bhur bhuvaha swaha  
tat savitur varenyam  
bhargo devasya dhimahi  
dhiyo yonaha prachodayat*

*Oh Grande Luce che dai vita ad ogni coscienza,  
ed appari attraverso le orbite del Sole,  
noi ti adoriamo e ti preghiamo di illuminare il nostro intelletto*

*(Gayatri Mantra)*

Per un certo tempo ho abitato con un parente. Riuscivo a malapena a guadagnare per mangiare, e anche questo era spesso difficile. Arrivai all'ashram di Guruji il giorno seguente il suo invito, col mio baule di vestiti. Le porte del mio futuro si aprivano. Il pensiero che avrei potuto uscire da questa vita di difficoltà portava pace alla mia mente. «Servendo questo insolito e potente Swami sarei riuscito ad acquisire la conoscenza dello yoga!», l'idea mi rendeva felice.

L'edificio nel quale Guruji e i suoi discepoli vivevano era di quattro piani ed era molto solenne. Era circondato da un bel giardino ed il luogo intero ispirava molta pace. Io mi sentivo come qualcuno che dopo essere morto va in paradiso.

Non ho mai visto una così amorevole obbedienza in nessun altro ashram. Nessuno temeva Guruji, ma nessuno sarebbe entrato improvvisamente nella sua stanza. La sua natura gentile emanava una inconsueta forza. Chi gli stava vicino di solito manteneva il silenzio. Nella casa c'erano circa due o trecento persone che andavano su e giù adempiendo i vari servizi, tuttavia si muovevano con così tanta cautela che nessun rumore arrivava nella stanza di Guruji.

Guruji non chiedeva a nessuno il proprio nome, ciò che aveva fatto, dove aveva vissuto, o quale fosse la sua famiglia, ciò nondimeno quando chiamava qualcuno, lo chiamava per nome. Guruji parlava l'hindi con chi parlava l'hindi, e così il marathi, il punjabi, e il tamil con chi parlava

rispettivamente queste lingue. Nessuno sapeva come e quando lui avesse appreso tutti questi idiomi; per me era un vero rompicapo.

Io ringraziavo la mia buona fortuna. L'opportunità di incontrare un vero Santo e conoscere la sua compassione viene solamente dopo molte rinascite. Pensavo alla mia vita: solo il giorno prima ero senza risorse né speranza e il giorno dopo avevo tutte le porte spalancate davanti a me. Chi può prevedere i piani di Dio?

## **Lo sgabello d'oro e la pila di polvere**

Malgrado Guruji vivesse di solito ritirato, mi chiese di andare da lui a certe precise ore del giorno. Il primo giorno che ero con lui, non appena l'orologio scandì le undici, una donna entrò nella stanza dicendo: «Gurudeva, è l'ora del pranzo; i *thali* (i piatti) sono serviti».

Guruji si alzò e mi fece cenno di seguirlo. Attraversammo due stanze ed entrammo nella sala da pranzo; notai che c'erano due sgabelli d'oro e due d'argento. Su uno degli sgabelli d'oro c'era un *thali*, delle ciotole, un boccale e una tazza, tutti d'oro; su uno degli sgabelli d'argento c'erano le stesse stoviglie, ma tutte d'argento.

Rimanendo un po' timidamente da parte decisi che lo sgabello d'oro fosse destinato a Guruji e quello d'argento era per me, ma Guruji mi prese per mano e mi fece cenno di sedere sullo sgabello d'oro. Imbarazzato, opposi una decisa ed energica resistenza, ma con mia grande sorpresa fui soggiogato dall'imprevedibile forza della mano di Guruji. «Come può un uomo di sessant'anni essere così forte?» pensai.

Non erano ancora passati tre giorni dal mio primo incontro con Guruji ed ero già trattato come un re. Ora la mia buona fortuna sembrava non conoscere limiti!

Naturalmente, sedere su uno sgabello d'oro o su una pila di polvere non fa alcuna differenza per un Maestro spirituale, ma per un uomo del mondo è diverso. Io allora ero ancora un uomo del mondo e per me faceva differenza. Dopo che mi sedetti, Guruji sedette sullo sgabello d'argento e mi spiegò perché aveva invertito l'ordine dei posti: «Figlio mio, la superiorità non dipende dal sedere su un trono dorato, ma sta nei piedi dell'uomo».

Non riuscivo ancora a capire le sue parole. Mangiai una quantità enorme di chapati, riso e verdure; ma oggi tutto ciò che ricordo è la tazza, il *thali*, la ciotola e lo sgabello d'oro.

Anche se ero irrequieto, Guruji mangiò pacatamente. Finito il pranzo seguii Guruji in soggiorno, rimanendo sull'uscio; mi inchinai e lui mi accomiatò con un sorriso.

Andai via con in mente il brillio degli sgabelli, e le stoviglie d'oro. Tentai di mandar via quelle immagini, ma la mia mente si schiariva solo per qualche momento per poi riprendere la sua turbolenza. Ovunque guardassi, davanti ai miei occhi rimaneva fissa la visione della sala da pranzo

e dei suoi oggetti preziosi. La mia eccitazione durò almeno quattro ore finché, nel pomeriggio, ritornai da Guruji.

Mi inchinai e lui mi pose amorevolmente la mano sul capo e disse: «Swami, una cosa così piccola ha messo in agitazione la tua mente. Lascia andare questi pensieri. Né questa casa, né gli sgabelli, né i thali, né i boccali d'oro sono tuoi. Gli uomini che perdono la testa per queste cose sono stolti. In che modo puoi trovare la tua buona fortuna in tutto ciò?».

Le sue parole ebbero un effetto profondo su di me ed io immediatamente divenni calmo. Guruji vedeva chiaramente i miei movimenti mentali, come se guardasse in uno specchio, e benché io avessi un carattere difficilmente influenzabile egli sottomise in pochissimo tempo i miei pensieri.

## **La tentazione del denaro**

Almeno dieci o dodici dei discepoli di Guruji erano milionari, ma la sua immensa compassione cadde proprio su di me che ero molto povero. Lui, che non parlava con nessuno — così tanto era il suo amore e la sua grandezza — spese molte ore a spiegarmi il significato dei *Veda*, delle *Upanishad* e dei *Purana*.

Quando pranzai con Guruji il giorno seguente, c'erano quattro sgabelli d'oro e tutte le stoviglie erano d'oro. Fu disposto così perché ad alcuni devoti era spiaciuto che Guruji sedesse su uno sgabello d'argento. Grazie a Guruji, quel giorno mangiai tranquillamente; la sua mente era indifferente alle cose preziose che lo circondavano.

Poiché divenni il suo discepolo preferito, tutta la comunità si inchinava davanti a me in segno di rispetto ed erano contenti di farmi piacere. Guruji vedeva che ero attratto dalla ricchezza, così mi disse: «Swami, se cerchi la ricchezza, ti imatterai in un mare di guai. Se vuoi elevarti, devi essere puro ed innocente; la tentazione del denaro può condurti fuori strada».

Guruji parlò spesso del mio futuro al suo cerchia di allievi più vicini, dicendo loro che io ero il suo discepolo principale. Una volta o due lo disse anche davanti a me. Quando io sentii queste parole, fui molto sorpreso, perché sentivo di non essere puro. I suoi discepoli però gli credevano e mi rispettavano. Una volta dissi a Guruji: «Volete ubriacare questa scimmia di lodi? Non si può versare l'oceano in una ciotola». «Figlio mio, io ho piantato un seme di mango. A suo tempo germoglierà» rispose. Allora, io credevo di essere il seme di un albero senza frutti, ma poiché i risultati stavano nel futuro, era inutile discuterne.

## **L'altalena d'argento**

Uno dei discepoli ricchi decise di far costruire per Guruji un'altalena d'argento. Quando fu pronta, fu portata all'ashram e posta nella stanza migliore. Poi questo devoto pregò gli altri discepoli di invitare Guruji a sedere sull'altalena per qualche minuto, ma nessuno osava farlo.

Alla fine a qualcuno venne l'idea di domandare a me: «Swami, tu sei il favorito di Guruji, lui ti ascolterà. Per favore chiedigli da parte nostra di sedere sull'altalena» e io acconsentii.

Il giorno seguente andai nella stanza di Guruji; anche gli altri erano presenti. Dopo averlo salutato, dissi: «Guruji, è desiderio di tutti che voi sediate sull'altalena d'argento per pochi minuti. Basterà anche solo un minuto, il vostro tocco benedirà l'altalena».

Pensavo che Guruji avrebbe aderito alla mia richiesta, tanta era la tenerezza che mi riservava, ma dopo avermi ascoltato, rispose: «Perché? Sei affezionato a quell'altalena?». Da quando ero il suo favorito, ero diventato piuttosto sfacciato e dicevo apertamente qualunque cosa mi passasse per la mente, perciò mi sentii dire: «Sì, mi piace moltissimo. Se mi deste il permesso di sedere sull'altalena, lo farei volentieri». Non avevo fatto in tempo di dire queste parole che già ero pentito di quel che avevo detto, ma ormai era troppo tardi. Guruji si alzò prontamente, afferrò la mia mano e mi portò nella stanza dell'altalena. Io tentai di ritirarmi dalla sua presa, ma fu inutile; d'altronde, dal giorno che mi aveva fatto sedere sullo sgabello d'oro, ero ben consapevole della sua straordinaria forza. Con occhi supplicanti lo implorai: «Per favore Guruji, non fatemi sedere sull'altalena». Ma non vi fu verso; lui prese le mie mani e mi ci fece sedere, consapevole del mio disagio.

C'era una formica sull'altalena. Guruji puntò il dito verso di lei, e disse: «Guarda questa formica, anche lei siede sull'altalena, ma non considera che si tratti di un'altalena d'argento e che solo un santo possa sedervi». Poi Guruji scoppiò a ridere. Io ne approfittai per scendere velocemente dall'altalena e nessuno osava dire più niente. Allora Guruji si sedette sull'altalena e tutti immediatamente si rilassarono e sorrisero. «Tutto bene» disse Guruji. «Ciò che piace al popolo piace anche al governante».

## **Il mio mantra**

Gurudeva mi diede da ripetere il mantra *Om namah shivaya*. Dopo che l'ebbi ripetuto all'incirca mille volte, mi venne in mente che il significato di questo mantra è: «Oh Signore Shiva, io mi inchino ai tuoi piedi». Allora rimasi perplesso per il fatto di dirlo senza effettivamente inchinarmi davanti a Shiva, e non capivo perché dovessi dirlo tanto volte. Non bastava una sola? Dio avrebbe capito. E poi temevo che ripetendolo così tante volte, Dio si sarebbe annoiato.

Ero disturbato da questi pensieri, così riposi il mio *mala* (rosario indù) e andai a chiedere consiglio al mio Maestro: «Gurudeva, non capisco perché dico “Signore Shiva, io mi inchino ai tuoi piedi” senza farlo concretamente. Se devo eseguire correttamente questa istruzione, dovrei inchinarmi ogni volta che ripeto *Om namah shivaya*».

«Figlio mio, sei in errore. Anche se letteralmente il significato di *Om namah shivaya* è “Mi inchino davanti a te, oh Shiva”, il vero significato è “Io mi arrendo a te, oh Signore Shiva”».

«E quante volte dovrei ripetere “io mi arrendo”? Shiva non capirà già dalla prima volta ciò che dico?»

«Ancora sei in errore. Dio è così misericordioso che se anche lo dici solo una volta, Lui accoglierà la tua preghiera, ma la tua mente no. Lei fa così tanta resistenza che anche ripetendo il mantra migliaia di volte, ancora non sarai capace di arrenderti veramente a Dio. Ecco perché devi ripeterlo molte volte. Quando la mente si arrende veramente a Dio, non hai bisogno di praticare alcun japa».

## La nostra lotta

Una mattina mi svegliai presto, feci il bagno e praticai la mia sadhana. Il mio corpo era pieno di energia e la mente piena di gioia. Avendo tanta energia, mi venne voglia di fare la lotta con qualcuno.

Completate le mie pratiche, andai ad inchinarmi ai piedi del mio Guru. Gurudeva sedeva in meditazione tutto il giorno senza muoversi. Dopo essermi inchinato, lo guardai fisso in volto. C'era tanto amore nei suoi occhi. Lui mi sorrise e facendomi un cenno mi disse: «Vieni, lottiamo».

Ero stupito dalla rapidità con cui captava i miei pensieri. «Voi siete anziano, se lottate con me, perderete».

«Non dirmi il risultato, combatti» replicò.

Non mi sarei mai immaginato che mi avesse chiesto una cosa del genere, ma poiché lui era felice, anch'io lo ero. Lo consideravo come un padre e quando lui mi dimostrava così tanta tenerezza, io quasi impazzivo d'amore per lui. Diedi un pugno contro il palmo della mia mano e dissi: «Volete veramente lottare?»

«Sì» rispose alzandosi. «Vieni avanti. Io non farò niente. Tu soltanto lotta contro di me».

Io portai un rapido attacco al suo corpo: successivamente afferrai il suo collo, poi cinsi con una presa la sua vita, poi mi aggrappai alle sue gambe, ma lui restò saldo in piedi senza essere smosso nemmeno un po'. «Quest'uomo di sessant'anni è tremendamente forte!» pensai. Tentai un secondo attacco, ma anche questa volta non riuscii a smuoverlo.

Ero tutto sudato e quasi mi veniva da piangere. Come era possibile? Gurudeva restava fermo come un palo d'acciaio piantato nella terra. Alla fine dovetti accettare la sconfitta. Quel giorno fu la prima volta che sentii le parole *katori karana*. Gurudeva spiegò che indicano lo stato in cui lo yogi assume irremovibile rigidità e saldezza, e aggiunse: «Questa è solo una *kriya*<sup>1</sup> ordinaria. Non è una grande *siddhi*<sup>2</sup>».

1. In questo caso significa: un'azione che è prodotta della pratica yoga.

2. Potere miracoloso.

## **A fianco di Gurudeva**

Io ebbi la fortuna di consumare i pasti insieme a Gurudeva. Poiché lui faceva solo uno pasto al giorno, stavamo insieme solo per il pranzo. Gurudeva mi insegnava la moderazione e diceva a chiunque ci servisse: «Questo basta. Non dargliene di più».

Vedendo la mia condizione, la signora che serviva guardava Gurudeva e piangendo supplicava: «Per favore permettetemi di dargliene un po' di più». Ma Gurudeva diceva semplicemente: «È ora di andare» Quindi io dovevo lavarmi le mani, e lei asciugava le sue lacrime e ci lasciava. Nel frattempo, la mia pancia si sentiva molto vuota.

A sera Gurudeva non consumava pasti, ma diede istruzioni per la mia cena: «Quando lo servite, ci sarò anch'io».

Non appena Gurudeva mi faceva cenno di smettere, io dovevo lavarmi le mani e alzarmi da tavola. Si potrebbe pensare che questo fosse fanatismo, invece per me fu un grande insegnamento al *mitahara*, la moderazione nel mangiare. Gurudeva si prese molta cura di me in ogni aspetto della mia vita. Quando penso al suo amore, vengo assorbito da un sentimento di timore reverenziale verso di lui e quasi perdo coscienza.

Credetemi, questa è la pura verità; io non riuscivo a controllarmi. Ero abituato a prendere due pasti al giorno più due o tre spuntini. Guruji, prima eliminò gli spuntini, e poi ridusse i pasti ad uno al giorno. Se a dieci anni non ero in grado di sopportare il digiuno, tanto meno lo ero a diciannove. Tuttavia, per grazia di Guruji, fui in grado di abituarli ad un solo pasto.

Appena raggiunto questo traguardo, Gurudeva mi disse: «Per tre mesi ti nutrirai di solo latte di mucca». «Ciò può avvenire solo per la vostra grazia» risposi. Un neonato può vivere di solo latte, ma un diciannovenne? Eppure, per grazia di Gurudeva, portai a termine anche questa pratica.

## **Il mio discepolato**

Durante la mia preparazione spirituale, consideravo Guruji come un padre spirituale. Più tardi lo considerai un Guru ed oggi penso a lui come a Dio.

Dopo otto mesi che stavo da lui, mi disse: «Ti preparerò per il sannyas (rinuncia)».

“Il sannyas?” chiesi con stupore.

«Sì!» rispose. «Lo ritieni peggiore del suicidio?». Mi stava ricordando il mio passato, ed io ne fui, naturalmente, imbarazzato.

«Guruji, io ho un grandissimo desiderio per le donne, la ricchezza e la fama,» dissi. «come posso diventare un sannyasi (rinunciante)? Anche se ho fede completa nelle vostre parole, mi scoraggia pensare alla condizione della mia mente. L'essere divenuto il vostro principale discepolo, è stato il frutto della mia grande fortuna e l'essere preparato da voi per il sannyas è una grande

benedizione che si aggiunge a questa fortuna, ma vi prego rispondete a una domanda, come può un corvo divenire un cigno?».

«Figlio mio, saprai se sei un corvo o un cigno quando lo spirito del sannyas e la delizia dello yoga germoglieranno nella tua anima» rispose, e la sua risposta pacificò i miei dubbi.

Fu fissato il giorno del mio addestramento al sannyas. Guruji mi aveva detto che dovevo praticare un digiuno rigoroso di quarantun giorni, prima dell'addestramento, in cui potevo assumere solo acqua. Ero consapevole che Gurudeva mi conoscesse meglio di me stesso ed avevo una fede incrollabile nella sua saggezza. Quindi mi avvicinai a lui e inchinatomi ai suoi piedi dissi: «Gurudeva, un digiuno così lungo mi sembra impossibile, ma con la vostra grazia ci proverò». Poi lui mi diede l'addestramento per il sannyas e mi spiegò lo scopo del digiuno: «Nella tua mente ci sono le impurità di molte nascite e nel tuo corpo ci sono le impurità della mente. Il digiuno e la ripetizione dei mantra purificano la tua anima, sottomettendo il corpo e la mente». Poi mi confortò: «I primi tre giorni di digiuno saranno difficili, ma dal quinto giorno il tuo disagio diminuirà e dal settimo giorno non avrai più alcuna difficoltà». Poi pose la mano sulla mia testa e disse: «Figlio, ti benedico». Immediatamente sentii tutto il corpo attraversato da una forte energia.

Avvenne esattamente ciò che Guruji aveva predetto. Al quarantesimo giorno del digiuno, ero ancora capace di camminare e, anche se mi sentivo molto debole, la mia mente era vigile e forte. Gurudeva mi aveva dato il *japa* (la ripetizione di un mantra) da recitare durante il digiuno. Io sperimentai un amore profondo per Gurudeva, un amore dal quale ero completamente assorbito. Ancor'oggi quando penso all'amore per il mio Guru perdo coscienza. Qualsiasi cosa ho ricevuto a questo mondo, l'ho avuta per sua grazia. Gurudeva per me è la vita stessa, è tutto. Con la sua benedizione fui capace di portare a termine il digiuno senza difficoltà.

Mi era stata data una piccola stanza nella casa, in cui passare i quarantuno giorni e recitare il mantra. Uscivo solo due volte al giorno dalla stanza per andare a inginocchiarmi davanti a Guruji. La solitudine, il digiuno stretto, il silenzio, la ripetizione dei mantra e la concentrazione erano le principali caratteristiche della pratica. Gurudeva mi diede il mantra *krishna govinda gopijana valabha namah*, ma non mi concesse la tonaca color zafferano degli Swami. «In futuro, quando la tua mente si sarà elevata al di sopra dei pensieri mondani, riceverai la tonaca di Swami da un grande uomo dotto» profetizzò.

Oltre a prepararmi per il sannyas, Guruji mi preparò allo yoga. «Oggi ti insegnerò l'antica pratica dello yoga e farò di te uno yogacharya, maestro di yoga. Sia questa la mia benedizione: tu sarai uno degli ineguagliabili yogacharya che il mondo ha conosciuto».



**Bapuji, giovane pellegrino con la barba**



**Statua di Krishna al Taj, Baroda**

**[www.kripalvananda.org](http://www.kripalvananda.org)**