

Diario di viaggio in India

07 maggio - 18 maggio 2013



Partecipanti

Michele, Dida, Ernestina, Mauro, Chiara, Laura, Maria Pia e Elisabetta
da Sesto San Giovanni

Pino, Rosi, Chiara, Marina, Annamaria, Cristina, Daniela B., Daniela R. e Anna
da La Spezia.

Martedì 7 e Mercoledì 8 maggio

Arrivo in India

Martedì alle 17.10 partiamo dall'aeroporto di Malpensa con destinazione Derha Dun, passando per Monaco di Baviera e Delhi.

Nella tarda mattinata di mercoledì arriviamo quindi a Derha Dun, dove ci attende il pullmino dell'agenzia di viaggi locale "Triveni". In particolare il responsabile dell'agenzia, Buta Ram, è venuto in prima persona (per la prima volta) ad accoglierci. Il motivo ci viene subito chiarito: è per rispetto e ringraziamento a Leda Mathaji.

Ci vengono quindi consegnate le consuete corone di fiori, una delle quali viene posata sulla valigia dove sono contenute le ceneri di Leda.

Il segno distintivo di questo viaggio diventa evidente già dai primissimi momenti.

All'Inderlock Hotel arriviamo poco dopo ed anche qui veniamo accolti da Mohan e da suo figlio Sumant, nonché dal nostro carissimo amico Chandru Nariani.

L'Inderlock si presenta identico a sé stesso sotto molti aspetti ed allo stesso tempo rinnovato sotto altri:

- *al primo piano, è nata una palestra di body building, occupando, tra l'altro, quella che in passato era stata la camera di Leda;*
- *all'ingresso sta nascendo un banco per la vendita di dolci;*
- *l'ambiente dove si mangia è rinnovato anch'esso e a breve (così dicono...) diventerà un ristorante con cucina a vista, aperto anche a chi non soggiorna in hotel;*
- *il progetto per l'alloggio di Swami¹, che sapevano dover nascere sulla terrazza dell'albergo, è invece saltato...*

Ci sistemiamo nelle camere per riposarci.

Alle 17.00 ci ritroviamo con tutto il gruppo, ivi incluse Elisabetta e Dida che sono qui già dal giorno precedente.

Ci dirigiamo quindi a piedi verso il Gange e, per la strada, sono diverse le persone che dobbiamo informare della morte di Leda:

- la moglie di Mr. Singh, che si commuove e ci fa accomodare nel suo locale. Ci offre da bere, ci mostra le vecchie foto con Leda, e non riesce a trattenere le lacrime;
- il "gioielliere" di Leda;
- il sarto dei "vestiti indiani bianchi".

Al Gange offriamo tutte le corone di fiori ricevute.

Ognuno di noi ne offre una a nome di Leda, in segno di ringraziamento per tutto quello che ci ha dato e l'altra per i propri cari.

Alle 19.00 comincia l'Aarti e come sempre è un rito affascinante.

Torniamo quindi all'hotel per consumare la cena. È qui che



¹ Swami Ramachandrananda

incontriamo il Swami, già qui da qualche giorno.

Il Swami ci tiene ad informarci della grande fortuna che abbiamo avuto ad essere in India in questo periodo: il più sacro nell'Uttarakhand. Infatti il 13 maggio si aprirà il tempio di Gangotri e le ceneri di Leda saranno le prime a scendere lungo il Gange, proprio nella stessa data. Se tutto ciò è possibile, ci dice, è grazie al karma di ognuno di noi.

Pino legge quindi il messaggio di Giorgia per tutto il gruppo: ha dovuto annullare il suo viaggio all'ultimo momento per un grave imprevisto familiare e non è fisicamente qui con noi.

Negli ultimi anni Leda aveva esplicitamente chiesto la presenza Michele, Pino, Giorgia e Swami alla cerimonia di dispersione delle sue ceneri. Saremo comunque tutti presenti anche se in modo diverso: Giorgia sarà presente attraverso i nostri cuori e le nostre menti, nonché con tutto il suo pensiero ed affetto.

Dopo la cena salutiamo il Swami e Chandru e andiamo in terrazza per fare il punto della giornata e poi andiamo a riposare.

Giovedì 9 maggio

Laxman Joola e la Leda Mathaji School

Alle 7.30 ci troviamo in terrazza per la lezione di Hatha yoga con Swami, dopodiché, alle 8.30 prendiamo la colazione.

Verso le 9.15, con 4 toc-toc, ci muoviamo per Laxman Joola.

Dal momento in cui scendiamo dai toc-toc, comincia il silenzio e ci dirigiamo, come di consueto al tempio dei sette stati di coscienza.

Saliamo lentamente, facendo ad ogni piano una pausa sul lato del Gange. Arriviamo tutti insieme al penultimo piano (l'ultimo accessibile) e qui partecipiamo alla puja, che due bramini organizzano per noi. Quindi ci fermiamo per un esercizio di circa un'ora.

Durante la discesa ognuno di noi ha un compito: quello di ringraziare quella Leda che ancora vive dentro di noi, ognuno la sua... Leda. La ringraziamo per quello che ci ha dato e per quello che può ancora darci dall'unico luogo su questa Terra dove ancora vive: cioè dentro ognuno di noi.

Scesi dal tempio ci muoviamo verso quel Gange che tanto contemplavamo dall'alto e molti di noi fanno un bagno: stupendo refrigerio in questa caldissima giornata di maggio.

Diamo quindi un'ora di tempo per fare i consueti acquisti e, alle 13.35, ci ritroviamo tutti, e con due jeep andiamo a Ram Joola: attraversiamo quindi il fiume in pochi minuti con una barca, invece di farlo a piedi, sul ponte, e prendiamo i toc-toc per rientrare all'Inderlock.

Ci riposiamo per ritrovarci alle 16.40 e spostarci alla Leda Mathaji School. Qui ci attendono i bimbi e Chandru.

Chandru in questi giorni lo abbiamo trovato molto silenzioso e pensieroso: ci confiderà che è il pensiero di Leda che occupa la sua mente. Non è un pensiero triste, ma un pensiero di ringraziamento, un ricordare il tempo passato insieme e gli insegnamenti ricevuti e soprattutto la forza degli incoraggiamenti avuti, che gli hanno permesso di fare nella vita quanto di cui oggi è estremamente soddisfatto: proprio la Leda Mathaji School.



Con i bimbi si canta e si balla... ognuno fa il suo spettacolo. Consegniamo i pensieri portati dall'Italia e poi ci spostiamo al Nirmal Ashram per assistere alla cerimonia serale al tempio, che è sempre emozionante: una delle innumerevoli occasioni che Rishikesh è in grado di donare per metterci in grado di sperimentare cosa sia la spiritualità.

Al tempio ci raggiunge, per un attimo anche il Swami, che ha voluto portare un "dolce" pensiero per i bambini di Chandru. Si tratta dei primi dolci del nuovo banco di dolci dell'Inderlock.

Salutiamo quindi i bimbi e Chandru e torniamo all'hotel, dove alle 20.00 cominciamo la nostra cena e, poi, dopo una breve chiacchierata andiamo a riposare.



Venerdì 10 maggio

Tra la nostra storia e il Swami Rama Sadhaka Grama

Alle 7.30 ci troviamo in terrazza per la lezione di Hatha yoga con Swami, dopodiché, alle 8.30 prendiamo la colazione, esattamente come ieri.

Dopo la colazione ci muoviamo verso l'ISSUP con i toc-toc, ma quando arriviamo lo troviamo chiuso con un lucchetto... per la prima volta in questi anni.

Non ce ne crucciamo e ne approfittiamo per riprendere per tutti la storia dell'ISSUP, voluto da Mario Brunetti con tutte le sue forze e poi, dopo la sua morte e quella del suo grande amico, Mr. Singh, è stata la decadenza a prendere possesso del luogo. Per vari inghippi burocratici ed anche per altre ragioni, l'ISSUP, negli anni, ha perso completamente la sua vocazione iniziale, per perdere infine ogni possibile vocazione e cadere nel semplice abbandono.

Nel bel mezzo dei nostri discorsi, che nel frattempo avevano toccato anche altri temi yoga, il guardiano è arrivato ad aprirci il cancello per farci entrare. Ci distribuiamo quindi in vari punti dell'edificio e facciamo un esercizio di una mezz'oretta circa.

Lasciamo l'ISSUP ed andiamo alla "scuola dei musicisti": giusto il tempo di raccontarne l'importanza per la storia del nostro gruppo e poi ci spostiamo verso la scuola di sanscrito².

Lasciamo che il bramino del tempio disegni il tikka sulle nostre fronti e poi ci spostiamo verso il Gange. Questo è il luogo che Mario e Leda trovavano come ideale per il "dialogo" con i propri morti: qui il fiume è molto tranquillo, praticamente fermo: una situazione molto inusuale per il Gange, sempre molto forte e impetuoso. La causa di ciò è una diga, poco più a valle.

Qui ci fermiamo per un altro esercizio: i piedi bagnati dall'acqua, la testa dal sole e la mente dai ricordi che piano piano svaniscono.

Verso le 13.45 rientriamo all'Inderlock, per il necessario riposo.



Ci ritroviamo alle 16.30 per andare al Swami Rama Sadhaka Grama. Il nostro "contatto", Silvia, ci conferma che la meditazione con swami Veda è confermata per le 17.45. Quindi dopo una pausa al book store, andiamo alla meditation hall. Prendiamo posto e ci organizziamo con qualche "preliminare"... ma ci informano (per fortuna) che non sarà lì la meditazione con swami Veda, ma nella sala dell'iniziazione.

Prendiamo quindi posto nella sala dell'iniziazione, sedendoci nelle prime file e praticamente occupando, da soli, buona parte della sala.

Swami Veda ha iniziato da un paio di mesi il suo voto quinquennale di silenzio. Questo primo anno in particolare non si muoverà dall'ashram. Questo silenzio gli è necessario per due motivi principali:

- *da una parte il suo stato di salute richiede che risparmi al massimo le sue energie;*
- *dall'altro è uno strumento che lui stesso ritiene indispensabile per prepararsi al suo passaggio fuori da questo mondo.*

² È il luogo dove Mario Brunetti ha seguito i 3 mesi di corso con Maharishi Mahesh Yogi, da cui tutta la nostra storia di gruppo yoga è nata.

La meditazione dura un'ora ed ha una qualità molto di forte di pace e di tranquillità.

Prima di lasciare l'ashram veniamo guidati verso un piccolo tempietto dedicato a Tara³ e poi verso un altro piccolo tempio che contiene uno shiva-linga di cristallo⁴.

Rientriamo all'Inderlock.

Con Swami e Chandru ci troviamo alle 20.00 per cenare insieme.

Questa sera (e tutte le seguenti qui all'Inderlock, per volere di Swami) la cena si chiude un dessert indiano: oggi infatti ha inaugurato il banco di vendita di dolci all'ingresso dell'hotel.

Andiamo quindi al Gange, per donare al fiume i fiori che ci sono stati dati in hotel⁵.

Poi rientriamo e ci riposiamo.

³ Divinità femminile della tradizione buddista.

⁴ In realtà vi è sia in Lingam (che rappresenta Shiva, l'elemento maschile di un aspetto della divinità) che la Yoni (che rappresenta Parvati, consorte di Shiva).

⁵ Questa mattina infatti, c'è stata l'inaugurazione formale del banco di dolci e, ovviamente, i fiori abbondavano. Al nostro rientro, prima del riposo pomeridiano, ognuno di noi ha trovato bellissime composizioni floreali nella propria camera.

Sabato 11 maggio

Una pausa tecnica per corpo e spirito

Ci troviamo alle 7.30 per la colazione, con i bagagli già pronti per essere caricati sul pullmino. Quindi partiamo alle 8.20 con destinazione Uttarkashi.

Facciamo un prima pausa dopo poco più di un'ora e poi tutta una tirata fino alle 14.00, quando ci fermiamo per una mezz'oretta... in mezzo alla strada.

L'autista, infatti, pur essendo stato assolutamente bravissimo per tutto il viaggio, è un bramino un po' integralista e non ama fare pause vicino ai "posti di ristoro" ogni tanto presenti lungo il percorso: non consuma thè, se non raramente e sembra non apprezzare il cibo che si può avere per la strada... quindi tutte le sue pause ci lasceranno in mezzo al nulla.



Verso le 15.45 arriviamo all'ashram di swami Premananda, a Ganesh Puri, circa una decina di chilometri dopo Uttarkashi, sulla strada per Gangotri.

Tornare qui è come arrivare a casa... una delle tante che "abbiamo" qui in India.

L'accoglienza è calorosa: i nostri cuori sono saziati dai sorrisi penetranti di swami Premananda e i nostri corpi sono rifocillati da thè e biscotti...

... europei e indiani, come ci dice il swami stesso.

Ci sistemiamo nelle camere: due in basso, vicinissime all'alloggio del Swami; due al primo piano e due al secondo.

Alle 18.20 ci viene servita la cena e alle 19.15 partecipiamo alle preghiere serali, dedicate a Shiva. Finite le preghiere, verso le 21.00, andiamo a salutare il Baghirati⁶ e ci sediamo per qualche istante sui massi che ne limitano il corso.

Poi, spinti anche da una leggera pioggia, rientriamo all'ashram per andare a riposare.

⁶ Così si chiama questo primo tratto del Gange.

Domenica 12 maggio

A Gangotri

Dalle 6.00 alle 7.00 alcuni di noi partecipano ai canti dedicati a Visnu dell'ashram, poi prepariamo i bagagli, facciamo colazione e per le 8.30 partiamo per Gangotri⁷: la giornata è leggermente piovosa.

La strada è decisamente terribile... c'è e non c'è, ma il nostro autista trova sempre gli spazi per passare in sicurezza. Poco prima di Harsil, rimaniamo un quarto d'ora in attesa che la polizia ci dia il permesso di attraversare un ponte: infatti sembra che qualche sua parte minore abbia ceduto. Fatte le dovute verifiche, ci danno il permesso di passare e possiamo così continuare il nostro viaggio.

Il viaggio continua e per un'oretta circa il terzo movimento della nona sinfonia di Beethoven, suonato dalla Filarmonica di Berlino diretta da Karajan⁸, prende il sopravvento sui rumori della strada, sulle sue "incertezze" e crea in noi una presenza emotiva molto forte della nostra Mathaji.

Dopo lo Yoga, Leda era la Musica e questo pezzo e quanto di meglio possa esserci per ricordarla e farla rivivere nei cuori di chi l'ha amata.

Poco più di 10 chilometri dopo, ad una mezz'ora di distanza da Gangotri, ci fermiamo al campo di ristoro organizzato tutti gli anni dalla polizia di confine Indo-Tibetana⁹ per i pellegrini in viaggio.

La pausa è molto piacevole e l'accoglienza è fenomenale: ovviamente un gruppo di "pellegrini" europei fa la sua bella impressione tra i militari, che con cellulari e macchine fotografiche fanno ripetutamente "fuoco" su di noi.

Verso le 14.00 arriviamo a Gangotri. Ci accoglie un gran freddo¹⁰, dovuto anche alla pioggerella che cade a tratti. Ci dirigiamo al nostro alloggio, il Garhwal Mandal Vikas Nigam (GMVG)¹¹.

Ci vengono assegnate 9 camere: una sarà per il Swami e le altre 8 accoglieranno ognuna due persone del gruppo.

Dopo esserci sistemati ed aver bevuto un tè caldo, ci dirigiamo verso il Gange. Ci fermiamo al ghat in corrispondenza del tempio principale, per la precisione siamo vicini al tempietto dedicato a Gaumuk¹², il ghiacciaio da cui nasce il sacro fiume, che fino a poco meno di un secolo fa, arrivava fino al villaggio di Gangotri, mentre ora si è ritirato un migliaio di metri più in alto. Facciamo qui un esercizio e poi rientriamo verso il nostro alloggio.



⁷ Mauro, rimane qui all'ashram: le sue condizioni di salute non gli permettono di continuare il viaggio fino a Gangotri. Ha infatti una febbre virale che può essere facilmente curata, ma stando a riposo e soprattutto lontani dal freddo di Gangotri.

⁸ Una delle richieste di Leda, era che proprio questo pezzo potesse accompagnare la cerimonia di dispersione delle sue ceneri nel Gange... anche se non è esattamente quello che siamo riusciti a fare.

⁹ A 5 km da Gangotri, infatti c'è il confine con la Cina.

¹⁰ La temperatura sarà stata di una decina di gradi al massimo e in nottata è scesa a zero o poco sotto.

¹¹ Fa parte dell'omonima catena di *rest house* governative per i luoghi di pellegrinaggio. Qui a Gangotri è l'alloggio di qualità migliore, pur non avendo nessun tipo di riscaldamento, nonché l'acqua calda nelle camere e, in alcuni casi, nemmeno il bagno in camera.

¹² Gaumuk, vuol dire la bocca della mucca.

La cascata del Gange, proprio all'interno del GMVN, è molto diversa rispetto a alle nostre precedenti visite del 2006 e 2007: l'acqua ha lavorato la roccia, creando nuovi percorsi, inoltre l'aspetto diverso della cascata è dovuto anche alla ridotta portata del fiume, molto minore che nelle nostre precedenti esperienze.



Andiamo tutti nella camera del Swami, per una chiacchierata che durerà un paio d'ore. Il soggetto è interessante: il maschile e il femminile, nei loro aspetti più sottili. Ma lo sviluppo del discorso è stato un po' complesso da seguire, complice anche il grande freddo che ha occupato la camera.

L'energia cosmica è un principio femminile, presente ovunque e in chiunque: uomini e donne. Senza di essa non ci sarebbe manifestazione, non ci sarebbe vita.

La biologia, per scopi puramente procreativi, ha creato i due generi maschile e femminile al livello più grossolano. Successivamente l'uomo ha aggiunto aspetti che possiamo chiamare culturali a questa differenza di genere, i cui scopi hanno avuto più a che fare con il controllo da parte dell'uomo sulla donna e che quindi non hanno fatto altro che aggiungere confusione e distanza rispetto alla verità originale.

Abbiamo quindi cenato, salutato il Swami e poi ci siamo trovati tutti insieme, in un'unica camera, per chiacchierare di tutto quello che emergeva come necessario, da parte dei presenti ed anche per riscaldarci, visto che il freddo cominciava a farsi più "aggressivo".

Verso le 22.00 siamo andati ognuno nella propria camera per riposarci.

Lunedì 13 maggio

Il grande giorno

Ci troviamo alle 9.00 per la colazione, dopo la quale facciamo un breve esercizio, scaldati dal bel sole della mattina.

Alla presenza di tutto il gruppo, leggiamo il messaggio "L'ultimo regalo di Leda" che Roberta ha voluto darci, visto che non è riuscita ad essere presente in questa occasione.

Quindi alle 10.15 ci muoviamo verso il tempio di Gangotri¹³, che raggiungiamo verso le 11.00, proseguendo poi verso il Gange, alla ricerca del luogo che sarà dedicato alla cerimonia di dispersione delle ceneri di Leda. La scelta è rapida e alle 11.30 siamo pronti per iniziare. Le cerimonia è officiata da un bramino di Gangotri, mentre Swami, fa da intermediario facilitandoci i compiti.

In sintesi, ognuno del gruppo raccoglie un po' dell'acqua del sacro fiume e la versa nel contenitore che raccoglie le ceneri, poi Pino e Michele le disperdono insieme nello stesso fiume, molto lentamente.



Quello che succede dentro i cuori di ognuno dei partecipanti è indicibile, ma sicuramente la cerimonia è stata un passaggio fondamentale per realizzare meglio la morte del corpo di Leda, della Leda essere umano, ma al tempo stesso ha rafforzato la sua presenza in noi, nei nostri cuori e nelle nostre menti. È stato anche un momento in cui si realizzava il suo grande desiderio di disperdere le sue ceneri nel Gange, ed esserci stati è stato come accompagnarla per mano verso la sua meta ulteriore.



Ci allontaniamo dall'acqua, rimanendo comunque sempre vicini al fiume, e la puja continua portando le benedizioni sui presenti e sulle relative famiglie. Poi, dopo aver congedato il bramino, rimaniamo sul ghat per far un lungo esercizio.

Congedato anche Swamiji ci incamminiamo lungo il fiume sacro, nella direzione opposta al suo scorrere: superiamo le grotte più importanti dei "rinunciati" e anche il grande nevaio che scende dal ghiacciaio di Gaumuk.

Ci avviciniamo al Gange e, vicino alla sua sponda, ci sediamo per fare un altro esercizio, lontani, da qualsiasi presenza umana.

¹³ Nella data odierna è prevista la cerimonia di apertura annuale del tempio: il giorno più importante per questa località religiosa.

Verso le 14.00 riprendiamo la strada per rientrare in albergo, che raggiungiamo verso le 15.00.

Ci riposiamo un poco e ci ritroviamo tutti insieme alle 16.30, per andare al tempio di Gangotri. Qui partecipiamo ad un'altra puja e alla vista della sacra rappresentazione della Madre Ganga¹⁴. Per l'occasione doniamo 5.500 Rs in nome di Leda, che corrispondono al cibo per la giornata successiva per i 108 bramini di Gangotri.

Rientriamo quindi ai nostri alloggi, dopo aver preso un thè per strada, e alle 18.00 ci ritroviamo nella camera di Swamiji. L'oggetto della chiacchierata è l'incarnazione alla nascita e/o la re-incarnazione dopo la morte.

Quindi ceniamo, salutiamo il Swami e ci ritroviamo tutti nella camera di Chiara e Laura, per confrontarci sulla giornata. Poi andiamo tutti a riposare.

¹⁴ Anch'essa ha raggiunto Gangotri il giorno precedente, come noi, passando dalla sua residenza "invernale" a quella "estiva". Quest'immagine viene mostrata ai fedeli solo per 3 giorni all'anno, mentre per il resto dell'anno si può avere accesso solo alle rappresentazioni delle divinità secondarie del tempio.

Martedì 14 maggio

Rientro a Rishikesh

Questa mattina l'appuntamento è alle 6.30, pronti per partire. Dopo una veloce colazione, ci muoviamo verso il pullmino e, caricate le valigie, alle 6.55 siamo pronti per lasciare Gangotri.

Raggiungiamo l'ashram di Swami Premananda verso le 11.30¹⁵.

Rimaniamo solo 40 minuti all'ashram, giusto il tempo di consumare un veloce pasto, dopodiché ripartiamo.



Alle 19.30 raggiungiamo la nostra meta, l'Inderlock Hotel di Rishikesh.

Facciamo velocemente una doccia. Alle 20.30 consumiamo la cena e dopo un'oretta ci troviamo per fare due brevi chiacchiere sul terrazzo.

Poi arriva il momento del tanto aspirato riposo.

¹⁵ Ritroviamo anche Mauro, ormai guarito e soddisfatto della permanenza all'ashram.

Mercoledì 15 maggio

La nostra casa in India: il Gange ed i suoi ghat

Alle 8.00 ci troviamo in terrazza per la lezione di Hatha yoga con Swami, dopodiché, alle 9.00 prendiamo la colazione, questa volta, in compagnia anche del caro Chandru, con il quale dobbiamo metterci d'accordo per la festa con i bimbi di domani.

La mattina viene lasciata libera per fare gli acquisti, tanto attesi da diverse persone del gruppo, dando le 13.00 come orario per ritrovarsi insieme nella camera di Pino per fare un l'esercizio insieme.

Ci ritroviamo in 10 in camera, mentre i 7 ritardatari¹⁶ rimangono fuori della porta.

L'esercizio dura poco più di un'ora, ma per la percezione dei presenti, sembra essere durato molto meno, tanto sia stato leggero e profondo allo stesso tempo.

Ci ritroviamo alle 17.00 per andare verso il Gange, con la cui compagnia rimaniamo quasi un paio d'ore, passeggiando e facendo l'esercizio.

Alle 19.00, ci ritroviamo con Swamiji alla fontana del Triveni Ghat, compriamo i fiori da offrire al fiume sacro e ci muoviamo verso il luogo dell'Aarti. Ci dividiamo i tre gruppetti, ognuno dei quali avrà a disposizione un bramino che officia la cerimonia, sincronizzato con tutti gli altri.

È una cerimonia molto forte. Lo è specialmente quando la si partecipa dal suo interno¹⁷, ma, in questa occasione, c'è stato qualcosa di unico, forse legato alla particolarità di questo viaggio.

Rimaniamo sul ghat a ricordare Leda: lei che ha amato questo luogo e questo fiume come i più fedeli compagni del suo viaggio verso lo Yoga.



Quindi torniamo all'Inderlock, ceniamo e salutiamo sia Swamiji che Chandru (che ci aveva raggiunto in hotel).

Poi ci ritroviamo in terrazza per una chiacchierata più lunga ed interessante del solito.

Sono state fatte varie domande alle guide su alcuni aspetti più relativi del viaggio:

- *perché abbiamo fatto poco esercizio nel pullman?*
- *perché non chiamiamo l'esercizio in aereo?*

¹⁶ Sono arrivati con 15 min di ritardo rispetto all'appuntamento dato.

¹⁷ Cioè non la si osserva da fuori, ma si partecipa attivamente alla cerimonia, in prossimità di un bramino e dei fuochi, caratteristici della cerimonia stessa.

Abbiamo anche cercato di rispiegare cosa voglia dire che è necessario "farsi i fatti propri" durante il viaggio yoga. Spesso questa indicazione viene fraintesa con menefreghismo o comunque come disinteresse per l'altro. Al contrario, "farsi i fatti propri", in un contesto dove ci sono comunque le guide a vegliare sul gruppo, vuol dire fare il meglio per l'altro, nell'ambito del viaggio yoga.

Vuol dire lasciare ognuno di fronte ai suoi temi, nei limiti che la guida ritiene adeguati per ognuno di noi, in quanto è solo osservando certi limiti che possiamo sperare di superarli.

Il viaggio in India è un momento ideale per questo lavoro in quanto:

- *passiamo tanto tempo insieme, e la guida può avere più facilmente il controllo dello sviluppo di ognuno;*
- *l'India stessa ci mette in condizioni limiti... per il mangiare, la logistica in genere, il suo clima, la sua cultura;*
- *sempre l'India ci dà la forza, con le forti vibrazioni alle quali ci fa partecipare;*
- *l'esercizio, in India, è ovunque, sia nei momenti in cui la cosa viene formalizzata, sia negli altri.*

Infine abbiamo parlato del Swami e di Chandru: cosa sono per noi?

La personalità di Swami è sicuramente più forte di quella di Chandru.

Il Swami raccoglie una posizione generale di equilibrio: è stato e può ancora essere un amico del gruppo. È sul percorso dello yoga, anche se tra il suo percorso, fondamentalmente più religioso, ed il nostro, non può esserci un grande incontro, se non per le vibrazioni che può trasmetterci con la sua presenza.

Molto poche le voci fuori dal coro: qualcuno lo esalta e qualcuno lo svaluta.

Al contrario, la personalità di Chandru mette tutti d'accordo: dà tutto quello che può, senza aspettarsi nulla in cambio.

Questa è l'India: prendere o lasciare! Solo raccogliendo tutto quello che l'India ci dà potremo andare avanti in questo percorso, il positivo cercheremo di trattenerlo ed il negativo, lo lasceremo scorrere via.

Finiamo a mezzanotte... ci salutiamo ed andiamo a riposare.

Giovedì 16 maggio

Allo Sivananda Ashram

Alle 7.30 ci troviamo in terrazza per la lezione di Hatha yoga con Swami, dopodiché, alle 8.30 prendiamo la colazione.

Alle 9.30, insieme a Swamiji, con tre toc-toc ci muoviamo all'ashram di Sivananda di Rishikesh¹⁸, situato in prossimità di Ram Joola¹⁹.

Accediamo all'ashram dalla parte della collina, e ci dirigiamo nella direzione della biblioteca, vicino alla quale lasciamo le nostre scarpe.



Andiamo quindi a visitare il tempio²⁰ dell'ashram, poi ci soffermiamo davanti alla statua di Shankara²¹, in sua prossimità e proseguiamo verso la sala che contiene il samadhi²² di swami Sivananda. Dopo aver dato il saluto al samadhi, ci sediamo per fare l'esercizio, e quindi partecipiamo ad una puja, al termine della quale veniamo ricevuti dall'ottantacinquenne swami Vimalananda²³, attuale presidente dell'ashram e discepolo diretto di swami Shivananda.

L'incontro è molto interessante, anche se dura solo una decina di minuti.

Dopo averci parlato in sintesi di swami Sivananda e di sé stesso, il swami ci parla di cosa sia l'uomo: l'unico essere vivente del creato in grado di poter aspirare a realizzare o anche solo di avvicinarsi alla Perfezione, nel corso della sua vita.

Abbiamo una grande fortuna ad essere degli essere umani, in quanto abbiamo l'opportunità di ricercare la Perfezione: l'armonia con il Divino. Senza tale ricerca la vita umana è vana, inutile!

Il VERO uomo è chi ha raggiunto tale PERFEZIONE: chi ha realizzato il divino nella sua vita di tutti i giorni. Il resto dell'umanità, rappresenta una forma meno evoluta di esistenza, più vicina al mondo animale.

Noi, come persone che vivono nel mondo, e non in qualche modo isolati in un ashram, potremmo erroneamente pensare di non poter accedere a tale Perfezione: sbaglieremmo!

La vita che abbiamo è in accordo al nostro karma e non c'è alcuna altra condizione migliore di quella che ci appartiene per aspirare a crescere nella direzione della Perfezione.

¹⁸ L'ashram vero e proprio si trova sul lato sinistro, venendo da Rishikesh, mentre sul lato destro, fino ad arrivare al fiume, c'è l'ospedale dell'ashram. Anche dalla parte dell'ospedale, comunque, ci sono le residenze di diversi swami. In particolare qui c'è quella che è stata la residenza di Swami Sivananda ed anche quella di Swami Krishnananda, vicepresidente dell'ashram che, finché era in vita, riceveva Leda ed il gruppo per dare loro i suoi insegnamenti. L'accesso al Gange dell'ashram è quello che Swami Sivananda usava quando era in vita: qui siamo molto vicini al punto di attracco della piccola barca che attraversa il Gange all'altezza di Ram Joola.

¹⁹ Il ponte pedonale di RAMA.

²⁰ Il tempio è dedicato a Krishna, la divinità più amata da Swami Sivananda. In fronte al tempio le immagini che accolgono sono quelle di Rama e Hanuman, da un lato, e di Krishna e Rada, dall'altro, mentre al centro vi è lo Shivalingam.

²¹ L'ordine monastico di swami Sivananda, e quindi dei suoi seguaci, appartiene all'Advaita fondato proprio da Adi Shankara. In particolare il lignaggio di riferimento di swami Shivananda è quello dei Saraswati (lo stesso lignaggio di swami Brahmananda Saraswati, maestro di Maharishi Mahesh Yogi, e di swami Rama dell'Himalaya).

²² Si intende le ceneri del Swami.

²³ L'attuale vice presidente, di 94 anni di età, è swami Yoga Svarupananda Saraswati, in questi giorni in missione per conto dell'ashram in Thailandia. È stato colui che ha iniziato Carlo Patrian, tra i pochi seri portatori dello Yoga in Italia.

Ci spostiamo quindi verso l'ospedale dell'ashram, dove vediamo dall'esterno quella che fu l'abitazione di swami Shivananda. Arriviamo fino al fiume sacro, che salutiamo, e poi rientriamo in hotel.

Ci troviamo in camera di Pino per le 12.30, ritorniamo ancora sul tema del "farsi i fatti propri", per chiarirlo ulteriormente e poi facciamo un esercizio. Quindi andiamo a riposare verso le 13.40.

Ci ritroviamo alle 17.00 all'ingresso dell'Inderlock, per accogliere Chandru ed i bimbi della Leda Mathaji School per la consueta festa che cerchiamo di fare durante ogni viaggio.

Si comincia con esibizioni varie, sia dalla parte italiana, che da quella indiana, poi è stato servito da mangiare. Il tutto si è chiuso con un dolce, in particolare per i bimbi.



Alle 18.30 ci siamo mossi tutti insieme verso il Gange²⁴ e, grazie alle relazioni di Chandru, ci letteralmente "infiltrati" all'interno della cerimonia dell'Aarti, tutti quanti: noi, Chandru e i 14 bambini.

Non c'erano solo i bambini che frequentano attualmente la Leda Mathaji School, ma anche alcuni²⁵ che l'hanno frequentata in passato e che sono rimasti in buone relazioni con Chandru.

Alle 20.30 ceniamo, poi ci troviamo per le 21.45 in terrazza e alle 23.30 andiamo a riposare.

²⁴ Chandru ed i bimbi sono passati prima dalla Leda Mathaji School per lasciare lì i regali ricevuti e poi ci hanno raggiunti al Triveni Ghat.

²⁵ Si tratta di Shalu, che ora è al secondo anno di università, di Gotham, anche lui al secondo anno di università e di Moon Moon, che ora frequenta una scuola che è troppo distante dalla Leda Mathaji School.

Da Venerdì 17 a Sabato 18 maggio (o fino a Lunedì 20 maggio)

Un rientro "speciale"

La mattina è lasciata libera.

Ci troviamo alle 12.00 con i bagagli pronti, per partire in pullmino per l'aeroporto di Dehra Dun. Il nostro volo parte alle 14.55 per arrivare a Delhi un'ora dopo. Durante la notte tra il 17 e il 18, con due voli diversi, il gruppo rientra in Italia... ma non al completo!

Infatti a partire dalla notte tra il 16 e il 17, fino alla fine del viaggio, uno dopo l'altro, molti di noi hanno vari disturbi, più o meno intensi.

Michele, in particolare, è costretto a rimanere a Delhi²⁶ e rientrerà con Mauro lunedì 20 maggio.

Ernestina passerà due settimane in ospedale e due a casa, al suo rientro in Italia.

Il tutto per una febbre virale, per i grandi movimenti interiori che il viaggio ha provocato sia in modo esplicito, ma anche in modo completamente nascosto ed impreveduto... non lo sappiamo. L'unica cosa certa è che anche questo episodio contribuirà ai cambiamenti che la morte del corpo di Leda ha iniziato nel nostro gruppo.

E, come sempre, grazie di tutto India, grazie Maharishi, Brunetti e Leda mathaji.

²⁶ A Delhi, sul volo diretto in Europa, viene forzatamente sbarcato dalla compagnia aerea per febbre troppo alta: Mauro lo accompagnerà in questo prolungamento del viaggio.

Un pensiero di Pino

Ho visto Leda sulle acque della ganga danzare e giocare con il suo velo... leggera sorridente si lasciava trascinare dalle onde del fiume ascoltando la sua musica preferita...

Forte come non mai questo viaggio è andato profondo nei nostri piani sottili... forse non ci siamo nemmeno accorti a livello superficiale di quello che stava accadendo... forse l'emozione ha nascosto per qualche momento la profondità delle nostre azioni e dei momenti vissuti...

India mai prevedibile... ferma nelle sue tradizioni... piena di contraddizioni.

Dettagli economici

Cambio minimo 1 Euro = 69 Rupie indiane

Calcolo del costo complessivo del viaggio a persona

Spese comuni effettuate in India	€ 351,45
Visto di ingresso in India	€ 78,00
Voli aerei (min)	Da € 696,61 a € 872,58
Assicurazione sanitaria	€ 20,00
Totale speso a persona	Da € 1.146,06 a € 1.322,03

Sostegno alla Leda Mataji School di Chandru Nariani

Inviati da Milano via bonifico bancario	€ 1.930,00
Raccolti in India	€ 1.180,00
Totale	€ 3.110,00