

# Diario di viaggio in India

**09 - 24 Aprile 2010**



## **Partecipanti**

**Michele, Mauro, Ernestina, Giovanni e Laura da Sesto San Giovanni  
Pino, Marina, Carla, Rosi, Annamaria e Valentina da La Spezia.**

**Venerdì 09 e Sabato 10 aprile**

### **Eccoci qua, cara India!**

Alle 11.55 di venerdì partiamo dall'aeroporto di Malpensa e dopo uno scalo a Doha, arriviamo alle 3.00 del mattino di sabato all'aeroporto di Delhi.

Verso le 4.30 lasciamo Delhi con il minibus che avevamo prenotato con l'agenzia Triveni di Rishikesh.

Il viaggio è particolarmente lungo, soprattutto perché una volta ad Haridwar la strada principale è chiusa ai veicoli, in quanto la Purna Kumbha Mela è in corso.

Questa deviazione è il nostro primo contatto con questo evento, che già si mostra in tutta la sua potenza.

Arriviamo quindi a Rishikesh verso le 13.45, dopo poco più di 9 ore di viaggio.

Riceviamo la calda accoglienza di Mohan all'Inderlok Hotel e andiamo a rinfrescarci e a riposarci nelle nostre camere.

L'arrivo all'Inderlok è salutato per molti di noi come un caldo rientro a casa: nonostante la presenza di tutte le scomodità dell'India, qui si sente infatti il calore di un'amicizia di lunga data.

Ci ritroviamo alle 17.30 per andare al Gange.

Prendiamo i fiori per tutti, anche per Leda e Giorgia che ci accompagnano nel pensiero e non solo.

Dopo l'acquisto dei fiori, alzo lo sguardo al Gange e lo scopro diverso... non capisco subito cosa sia successo, ma è diverso dal 2008.

In pratica alla fine del ghat ora scorre il Gange, dove prima c'erano solo le pietre levigate dal fiume stesso. L'acqua sacra scorre in uno spazio di 7-8 metri per poi lasciare spazio ai vecchi ciottoli che accompagnano al "vero e proprio" fiume, che scorre quindi una ventina di metri oltre la fine del ghat.

Questo sicuramente semplifica le immersioni dei fedeli, ma dal ghat, guardando verso la riva opposta, si fatica a vedere la foresta, oscurata dalle vecchie pietre del fiume...



Deponiamo le nostre offerte al Gange e facciamo un esercizio, quindi partecipiamo all'Arti.

Siamo entrati definitivamente in India e nel migliore dei modi!

Rimaniamo sul ghat lasciando scorrere davanti ai nostri occhi le immagini di questa India che sembra essere sempre uguale pur cambiando continuamente.

Un'India curiosa, che vuole sempre sapere per quale motivo siamo lì, da dove veniamo e dove vogliamo andare.

Una curiosità che mi sembra diversa dalla nostra, perché compare nell'indiano di turno (un bramino in questo caso), per poi scomparire non appena la risposta arriva, quasi fosse uno stimolo ad interrogare sé stessi piuttosto che la richiesta di un'informazione...

Infatti le informazioni date, sembra che si comportino come l'acqua del fiume sacro: scorrono continuamente, senza mai fermarsi... esistono solo nel momento in cui si danno e poi spariscono, non rimangono attaccate da nessuna parte.

Torniamo poi all'Inderlok e ceniamo insieme al nostro carissimo Chandru che è quasi più emozionato di noi al pensiero di poterci accompagnare a questo grande evento della Kumbha Mela.

Ci racconta alcuni aneddoti sul suo guru, il "Number One" della comunità sikh di Rishikesh del Neermal Ashram, che stimolano il pensiero di tutti noi a muoversi verso l'India più spirituale, quella dove la fede occupa incontrastata il primo posto nella vita dell'uomo. Infine Chandru ci dice che "se siamo qui è per volere di Dio. È Lui che vuole avere i suoi bambini più amati vicino a Sé... e noi dobbiamo considerarci molto fortunati per questa opportunità unica."

Salutiamo quindi Chandru e andiamo a chiacchierare sulla terrazza dell'Inderlok. Pino si mette alla regia ed assistiamo ad un goffo tentativo di conquista da parte Mauro nei confronti di Marina, al tentativo di Annamaria di "ammanettare" Giovanni, di nascosto alla Laura ed infine alla falsità di Michele (cioè io), capace di destreggiarsi tra i tentativi seducenti della donna in carriera (Rosi) e la possessività della sua gelosissima compagna (Ernestina).

Andiamo poi a riposare.

**Domenica 11 aprile**

## La "Leda Mata Ji School" di Rishikesh

Ci troviamo per la colazione alle 9.30 e per le 10.40 usciamo.

Cerchiamo prima alcuni vestiti indiani bianchi, per chi ne è sprovvisto e poi ci dirigiamo verso il Gange, dove facciamo un breve esercizio.

Rientriamo quindi all'Inderlok e facciamo un esercizio nella mia camera dalle 13.00 alle 14.00. Poi riposiamo fino alle 17.00.



Andiamo quindi a trovare i bambini di Chandru.

È davvero una grande gioia rivederli, però, come mi ha sottolineato Shalu, per loro la gioia è più grande. E ancora Shalu: "Sì è vero che voi vi ricordate di noi, ma noi ci ricordiamo di voi molto di più!". E ha ragione lei, sicuramente!

Il nostro incontro è iniziato prima con il vedere le loro magliette gialle, con la scritta "Leda Mata School Rishikesh" e poi le due

insegne sulla facciata della scuola, con la stessa scritta. È stato emozionante: un riconoscimento per il sostegno che la nostra associazione, soprattutto nella persona della Leda, ha dato a Chandru. Un sostegno non solo materiale, ma soprattutto morale. Un incoraggiamento che lo ha portato a credere in qualcosa che ancora non esisteva... ma che oggi esiste!

Al piano terra ed in parte del primo piano, vivono 4 famiglie in affitto, mentre tutto il resto dell'edificio è dedicato alla scuola. Al secondo piano ci sono 3 camere nelle quali vivono 10 bimbi. Qui hanno un letto, dello spazio per tenere i libri o altro ed una libreria comune. Ogni giorno una delle mamme viene per preparare da mangiare e tenere in ordine.

Ci spostiamo in terrazza dove giochiamo con i bimbi ed festeggiamo il matrimonio di Ernestina che sta avvenendo proprio in questo momento a Dakar, mentre suo marito si trova in Italia e i loro testimoni a Parigi!



Andiamo quindi al Neermal Ashram per assistere alla fine della cerimonia serale e qui facciamo un breve, ma intenso esercizio.

Rientriamo all'Inderlok per cenare. Poi saliamo in terrazza, dove ci confrontiamo sulla giornata, e infine andiamo a riposarci.

**Lunedì 12 aprile**

### **Kumbha Mela: eccoci!**

Ci troviamo per la colazione alle 7.45 e per le 8.45 usciamo dall'hotel per andare alla stazione dei treni di Rishikesh.

Nei dintorni della stazione, troviamo letteralmente un mare di gente, che si muove in tutte le direzioni, oppure che sta ferma. Qui, alle 9.00, incontriamo il nostro amico Chandru.

C'è un treno che sta per partire per Haridwar.

Per Chandru è un'occasione troppo fortunata per lasciarsela scappare, quindi saliamo sul treno senza acquistare i biglietti. Il treno è strapieno, ma miracolosamente si trovano 12 posti: uno per ognuno del gruppo.

Appena ci sediamo, il treno parte! Sono le 9.15.

Nessuno di noi avrebbe mai pensato a tanta fortuna... ma dopo circa 15 minuti di cammino, il treno si ferma per quasi un'ora.



Siamo distribuiti su due carrozze.

Su una carrozza ci siamo io, Chandru e Rosi, divisi in 3 diversi scompartimenti. Io sono circondato da donne indiane anziane, la Rosi da qualche famiglia e Chandru siede di fronte ad un sadhu curiosissimo del giornale che Chandru stesso ha per le mani, tanto che pagina dopo pagina il giornale si trasferirà dalle sue mani a quelle del sadhu "intellettuale".

Nell'altra carrozza c'è il resto del gruppo che, diviso a sua volta in gruppetti, riconosce

antiche parentele tra gli altri passeggeri o semplicemente si lascia immergere nel folklore di questo viaggio.

Il treno riparte, cammina per 10 minuti e poi si ferma ancora per altri 10 minuti.

Riparte ancora, cammina per 10 minuti e poi si ferma per 20 minuti. Dall'altro lato incrociamo un treno che arriva da Delhi: è stracarico di persone. Ci sono persone appese alle porte ed altre accomodate sul suo tetto.

Per la terza volta ripartiamo e dopo 10 minuti, alle 11.20, arriviamo ad Haridwar.

Usciamo dalla stazione e insieme a migliaia di persone (il giornale diceva che per oggi se ne aspettavano ben 10 milioni!) ci incamminiamo sotto un sole cocente verso il Neermal Ashram che si trova a Kankhal, una frazione periferica di Haridwar, forse a due chilometri di distanza.

Non ci sono mezzi di trasporto disponibili diversi dalle nostre gambe... Solo dopo mezz'ora di cammino troviamo due tonghe e riusciamo a convincere Chandru a prenderle.



Saliamo con tutti i bagagli e poco dopo arriviamo all'ashram, verso le 12.00. Ci rilassiamo subito e, seduti all'ombra di un fresco salottino all'aperto, prendiamo il thè. Poi ci sistemiamo nelle nostre camere. Sono 3 e sono ottime: pulite, con letti e bagni a nostra disposizione!

La voce di Chandru ci ripete che siamo qua per volere di Dio. *Tutto sta andando bene perché stiamo facendo quello che Lui vuole.*

Prendiamo quindi posto nelle camere: quattro uomini in una e sette donne nelle altre due. Ci riposiamo per un paio d'ore e poi alle 16.30 ci ritroviamo tutti insieme.

Chandru ci guida per l'ashram per spiegarci come muoverci e cosa fare. In particolare ci parla dello "seva", cioè del "servizio". Nell'ashram ognuno fa qualcosa, svolge un servizio per la comunità. Anche noi dovremo fare la nostra parte, perlomeno lavando piatti e bicchieri che utilizzeremo.

Alle 17.30 ci spostiamo nel tempio dell'ashram dove facciamo un esercizio tutti insieme. Dura solo mezz'ora, ma per alcuni di noi è estremamente intenso.

Alle 18.00 usciamo per andare al Gange dove assistiamo a varie cerimonie. Rientriamo quindi all'ashram per la cena, dopodichè ci spostiamo con Chandru verso il giardino, dove il gruppo si esibisce per il nostro amico indiano. Poi rientriamo nelle nostre camere per riposarci.

**Martedì 13 aprile**

## **Un normale giorno di festa**

Ci ritroviamo con Chandru alle 8.30, dopo aver fatto colazione.

Camminiamo tra la gente, tra i colori della fede e il sole caldo di questa India. Siamo quasi sempre lungo il fiume, dove i bagni dei pellegrini non hanno mai sosta.

La nostra meta è l'Archipodi, il luogo più sacro, dove tutti i giorni dell'anno si celebra la cerimonia dell'Arti e dove la leggenda dice che Visnu lasciò cadere una goccia del nettare divino dell'immortalità: l'amrita. Una meta che avvicineremo, ma che non riusciremo a raggiungere, né oggi, né domani!

Infatti verso le 10.30 il caldo ci obbliga a fare marcia indietro. Per fortuna riusciamo a fare l'ultimo pezzo accompagnati dai rickshaw, quindi per le 12.30 rientriamo all'ashram. Dalle 13.00 alle 13.30 facciamo un esercizio tutti insieme nel tempio dell'ashram. È un esercizio breve, ma intenso, come tutti quelli fatti in questo luogo.



Facciamo una pausa di 3 ore.

Riposiamo nelle nostre camere, mentre la festa ci circonda, ci accerchia... è dentro l'ashram, sopra le nostre teste, dove, effettivamente, sono ospitate circa 200 persone che, non trovando posto in altri ashram, sono state accolte qui.

Verso le 14.30 cominciano dei canti, accompagnati da percussioni. Vanno avanti per un'ora e mezza, trasportando le nostre coscienze in un dolce dormiveglia, dove il sonno si alterna alla veglia, il sogno si confonde con la realtà, il mondo di fuori sembra entrare dentro e quello di dentro si confonde con il di fuori.

Alle 16.30 ci ritroviamo nel tempio per fare un altro esercizio insieme, quindi alle 17.30 usciamo nuovamente dall'ashram con Chandru.

La direzione è sempre la stessa, ma questa volta seguiamo una strada diversa. Arriviamo ad un antico tempio Sikh, famoso perché è qui che il terzo guru dei Sikh, Amar Das Ji, ha ricevuto l'illuminazione dal suo guru, il secondo della tradizione Sikh.

La storia racconta che Amar Das Ji, ogni anno e per 21 anni, si recò in pellegrinaggio ad Haridwar in cerca dell'illuminazione: dai suoi 50 anni fino ai 71. Ma nonostante la sua costanza non era stato premiato, perché non aveva un maestro. Solo l'incontro con il II guru dei Sikh, del quale diventò discepolo, gli permise di trovare definitivamente la Via.

Nel tempio incontriamo un anziano che arriva da Amristar e che vuole proprio parlarci, per dare a noi la sua conoscenza e le sue benedizioni. Parla solo hindi, quindi Chandru ci traduce in inglese ed io in italiano per il resto del gruppo.

In sintesi, ci dice quanto segue.

1. Gli indiani possono essere pericolosi: fate attenzione e non fidatevi del primo che vi capita.
2. Non bisogna venire in India semplicemente per fare delle foto o per portarsi via degli oggetti. Quello che veramente conta, è portarsi via qualcosa che poi ci rimanga dentro. Bisogna venire in India per lo Spirito: qui ce n'è in abbondanza, al contrario del vostro paese, l'Italia.
3. Per avvicinarsi a Dio, bisogna continuamente ripetere il Suo nome.
4. Perché Dio possa venire a noi, noi dobbiamo fare la nostra parte. Come un venditore di latte non ci darebbe mai del latte in un contenitore sporco, così Dio non può palesarsi in una mente annebbiata, ottenebrata. Occorre quindi purificare la mente per permettere a Dio manifestarsi in essa.

Siamo quindi andati sul Gange, che scorreva proprio accanto al tempio, per poi rientrare lentamente verso l'ashram, che abbiamo raggiunto verso le 21.00.

Abbiamo cenato e poi, dopo aver chiacchierato sulla giornata stessa, siamo andati a riposarci.



Mercoledì 14 aprile

## Nel pieno della festa è solo il karma che comanda

Ci ritroviamo con Chandru alle 7.00, dopo aver fatto colazione.



Rifacciamo la strada di ieri pomeriggio e, uniti al flusso onnipresente dei pellegrini, che muovono sia nella nostra direzione, come in quella contraria, arriviamo allo Shankaracharia Chok verso le 8.30 ed un'ora dopo ad un grande ponte sul Gange, contornato da un paio di ponti più piccoli e più vicini al flusso di acqua.

Stare in mezzo alla strada in attesa della processione che dovrebbe cominciare verso le 10.30, non è cosa facile. La folla è tanta, non

c'è ombra e non è possibile creare uno spazio nostro... Cerchiamo ospitalità in un tempio un po' esclusivo, che sembra avere una buona vista, ma dopo mezz'ora di tentativi da parte di Chandru, ci arrendiamo: è decisamente troppo esclusivo!

Attraversiamo quindi il Gange da uno dei piccoli ponti e qui facciamo un primo incontro. Un bel sadhu barbuto<sup>1</sup> si avvicina prima a Pino e poi parla in hindi con Chandru, dicendogli che la processione sarebbe cominciata entro poco e che in testa al corteo ci sarebbero stati i sadhu Naga, cioè quei sadhu che hanno abbandonato tutto del mondo relativo, persino i vestiti, coprendo il loro corpo di sola cenere.



Decidiamo allora di tornare indietro e di trovare un posto "comodo" da cui poter osservare la processione. Trovato il posto... scomodo, resistiamo, per grazia del karma<sup>2</sup>, solo pochi minuti. La pressione della folla crea un po' di panico in alcuni del gruppo e decidiamo di rifugiarsi in una stradina laterale, dove troviamo poi un accogliente tempio. Ci riposiamo, facciamo un esercizio e ci rendiamo conto, in modo inequivocabile, della potenza dell'evento al quale stiamo partecipando.

Dopo un'oretta, verso le 11.00, io e Pino decidiamo di dividere il gruppo in due: io, Valentina e Annamaria rimaniamo nel tempio, mentre il resto del gruppo insieme a Chandru esce, seguendo il flusso interminabile di persone. Andranno avanti per un kilometro circa, troveranno un posto "comodo" dal quale riusciranno a vedere la processione: prima i sadhu Naga e poi tutti gli altri carri, in un interminabile susseguirsi.

<sup>1</sup> Primo intervento karmico. Il sadhu ci raggiunge e, dopo aver parlato con noi, torna sui suoi passi...

<sup>2</sup> Secondo intervento karmico. La processione sarebbe passata per quel punto solo 3 ore e mezza dopo!

Nel tempio invece, io ed il piccolo gruppetto rimaniamo per un'altra ora e mezza, dopo di che veniamo "scacciati"<sup>3</sup>: il tempio deve chiudere per un paio d'ore. Accettiamo di andarcene e, fiduciosi, ci rimettiamo nelle mani del karma, consapevoli che fosse solo lui a decidere.

Ci rimettiamo nel grande flusso umano e... dopo pochi minuti, la processione comincia davanti ai nostri occhi: i sadhu Naga passano davanti a noi.



La mia emozione è quasi incontrollabile. Tutto sembra andare magicamente liscio. Ogni problema incontrato si è dimostrato utile, per trasformare un negativo in un positivo!

Assistiamo anche noi alla processione dei vari carri e piano piano avanziamo, fino a che il gruppo si ricompone<sup>4</sup>: magia! Decidiamo di ritornare al tempio dal quale ci avevano mandati via, per riposarci e rinfrescarci un po'. Viviamo forse la situazione peggiore della giornata in termini di

pressione umana, però riusciamo ad uscirne indenni. Perdiamo temporaneamente Giovanni che però ci raggiungerà più tardi, allo stesso tempo.

Fuori dal tempio ci rifocilliamo e al suo interno facciamo un esercizio per quasi un'ora.

Alle 16.00 decidiamo di rientrare all'ashram, invece di andare verso la stazione dei treni, da dove, secondo le informazioni in possesso da parte di Chandru, sarebbe partito il carro dei Sikh.

Nel nostro cammino di ritorno incrociamo continuamente i carri della manifestazione e, contro ogni previsione<sup>5</sup>, incrociamo anche il carro il carro dei Sikh!

Quest'ultimo segno positivo del karma dà a tutti noi un'ultima sferzata di energia e uno ad uno ci lasciamo trasportare in balli improvvisati.

Noi siamo un'attrazione per gli indiani: un gruppo omogeneo di occidentali (eravamo tutti vestiti di bianco) che si fa coinvolgere con gioia dalla festa. E loro lo sono per noi: belli, instancabili, luminosi.

Alle 17.30 raggiungiamo l'ashram. Ci rinfreschiamo e ci riposiamo un po'. Ceniamo alle 20.00 e poi rapidamente ci dividiamo nelle nostre camere. Felici, posiamo i nostri corpi stanchi sugli accoglienti letti.

---

<sup>3</sup> Terzo intervento karmico: noi non volevamo andarcene.

<sup>4</sup> Quarto intervento karmico. Ad Haridwar ci sono circa 15 milioni di persone e noi ci troviamo nel cuore della manifestazione, dove la concentrazione della gente è la più alta.

<sup>5</sup> Quinto intervento karmico. Ci aspettavamo che il carro venisse dalla stazione e non dalla strada che stavamo percorrendo noi.

**Giovedì 15 aprile**

## **Arrivo a Ganesh Puri**

Ci ritroviamo alle 6.45 nel tempio dell'ashram: ringraziamo per la giornata precedente e ci affidiamo al karma e a Dio per il viaggio che dobbiamo fare da Haridwar fino all'ashram di Swami Premananda a Ganesh Puri, 5 km dopo Uttarkashi.

Un viaggio di circa 230 km, ma con l'aggravante che i 25 km che separano Haridwar da Rishikesh sembrava non si potessero percorrere con delle automobili, in quanto le strade erano chiuse.

Alle 7.00 usciamo dall'ashram insieme a Chandru, fermiamo subito un toc toc, che però non basta per tutti. Un indiano, incuriosito, si avvicina a noi e ci dice che *"nessuna strada in India è mai completamente chiusa: c'è sempre una scappatoia dalla quale si può passare"*. Decido che quella frase è giusta e ne sposo il contenuto con tutto me stesso, cercando di trasmettere quel pensiero a tutto il gruppo.

Seguendo il consiglio di questo sconosciuto, liberiamo il toc toc e ci spostiamo verso una improbabile agenzia viaggi, distante pochi minuti di cammino. Qui il responsabile dell'agenzia ci promette da subito che per 5.400 rupie la cosa si può fare velocemente: la cifra è più alta del solito, ma accettiamo immediatamente.

Lo sconosciuto scompare e il responsabile dell'agenzia comincia una serie interminabile di telefonate, vendendoci prima ad una parte poi ad un'altra.

Dopo mezz'ora è chiaro che il pulmino non può arrivare fin dove siamo noi: le strade sono chiuse. Dobbiamo per forza andare noi verso di esso.

Comincia quindi il nostro pellegrinaggio. Io sono davanti alla comitiva insieme al tipo dell'agenzia: cerco di imporre un passo più svelto del nostro solito.

Stanchezza e tensione cominciano a palesarsi nel gruppo. Ma dopo quaranta minuti, questa corsa si arresta. Siamo vicini alla stazione e siamo arrivati al pulmino... il pulmino esiste! Ritroviamo la tranquillità e la pace.

Ci sistemiamo e partiamo. Ci muoviamo nel fiume immenso dei pellegrini, con il clacson sempre in funzione, per creare dei varchi, in mezzo ai quali poter passare.



Arriviamo a Rishikesh: anche qui ci sono delle strade chiuse al traffico. Lasciamo quindi il pulmino e completiamo l'ultimo tratto a piedi. Raggiungiamo l'Inderlok per le 10.45 e qui troviamo il minibus di Triveni ad attenderci. Ci rinfreschiamo, cambiamo le valigie, salutiamo il caro Chandru e per le 11.30 ripartiamo.

Arriviamo a Ganesh Puri verso le 17.30 dopo 5 ore di cammino e 1 ora di pausa, divisa in due momenti diversi.

Ci vengono assegnate 4 camere, per le quali siamo i primi ospiti. Infatti l'edificio dove alloggiamo è completamente nuovo. Al piano terra c'è la cucina, il salone dove si mangia,

delle camere per gli ospiti, la camera del swami e una saletta per le preghiere del mattino. Al primo piano, che è temporaneamente anche l'ultimo, ci sono le nostre camere. Il vecchio edificio è in dismissione... lo stanno "smontando" delicatamente per recuperare i mattoni con i quali è costruito.

Dopo esserci sistemati, scendiamo a salutare il swami: che gioia rivederlo per me e per Pino, una gioia che non ha potuto non contagiare il resto del gruppo.

Alle 19.00 ceniamo nell'ashram e poi dalle 19.45 alle 21.30 partecipiamo ai canti serali a Shiva: un esercizio quasi ininterrotto per tutti. Stanchezza e fatica sono scomparse, lavate dai canti devozionali.

*Per me il "lavaggio" è stato profondo, come se la mia coscienza tutta fosse ripetutamente immersa nelle acque sacre di questo luogo e, sbattuta da una parte e poi dall'altra, risorgesse quindi più pulita, più pura, più sé stessa. È come se non me ne fossi mai andato da questo luogo, ritornarci è stato come riprendere un discorso esattamente dal punto nel quale era stato interrotto.*

Alla fine dei canti il swami ci illustra il programma dell'ashram:

- dalle 6.00 alle 7.00: canti mattutini a Visnu
- dalle 7.00 alle 7.30: thè
- dalle 8.00 alle 8.30: colazione
- dalle 9.30 alle 12.00: studio collettivo del testo filosofico "Yoga Vashista"
- dalle 12.30 alle 13.30: pranzo
- dalle 15.00 alle 15.30: thè
- dalle 19.00 alle 19.30: cena
- dalle 19.45 alle 21.30: canti serali a Shiva

Il swami ci invita quindi a non perdere nemmeno un minuto della nostra permanenza all'ashram, approfittando della sua presenza e di quella degli altri monaci. E così faremo, aderendo in toto al programma dell'ashram ed aggiungendo una chiacchierata con il swami dedicata solo a noi, nel pomeriggio, dopo il thè e una passeggiata al Gange prima di cena.

Rimaniamo fino alle 23.30 a vedere dei video sui canti devozionali hindu e poi andiamo nelle nostre camere.

Venerdì 16 aprile

## Un giorno ordinario nell'ashram di Swamiji

Alle 6.00 partecipiamo ai canti devozionali e poi dalle 7.00 il swami ci parla di Positivo e Negativo.

*Giungere all'Assoluto, quindi all'eliminazione di tutte le coppie di opposti, è possibile sia seguendo la via del negativo che quella del positivo. L'unico motivo per cui è consigliabile seguire la via del positivo, è il fatto che se non si raggiunge la meta (cosa altamente probabile) perlomeno si ha qualcosa in mano, un po' di felicità, di autostima. Si è insomma soddisfatti del tratto di strada percorso anche quando questa strada si deve temporaneamente interrompere, nel momento della morte del corpo.*



Facciamo quindi la colazione e andiamo a salutare il caro Gange, qui ancora chiamato Baghirati.

Dopodichè partecipiamo alla lezione sullo Yoga Vashista.

Il tema principale è l'azione, che per sua stessa natura dà dei frutti: il karma. *L'azione del saggio però non dà dei veri e propri frutti.*

*Il saggio è come un uomo che si copre molto bene quando fa freddo, quindi anche se il freddo c'è, lui non ne è particolarmente toccato. Quindi, anche se*

*le sue azioni danno dei frutti, la sua capacità di discriminazione lo protegge da essi.*

Riporto qui una storia raccontata da un monaco durante la lezione, che esprime molto bene quanto sia facile fraintendersi, quando si parla di temi spirituali.

*Siamo in Punjab, in una famiglia Sikh. Una madre parla a suo figlio spiegandogli che l'unico modo che ha per sfuggire alla miseria della sua vita è quello di ottenere la conoscenza.*

*In onore del nostro gruppo italiano, l'unico posto dove avrebbe potuto ottenerla è Milano, in Italia, quindi la madre lo manda proprio qui. Il ragazzo cerca in tutti i modi, ma non riesce ad ottenere questa conoscenza, finché non comprende che quello che gli serve è un maestro. Dopo lunghe ricerche e svariati tentativi, giunge finalmente da un gelataio al quale spiega il suo estremo bisogno di ottenere la conoscenza.*

*Lo prega di dargliela.*

*Questi allora gli dice che può aiutarlo, ma che può solo mostrargli la strada, dargli un metodo: la vera conoscenza dovrà ottenerla da solo. Il ragazzo accetta.*

*Quindi il gelataio gli pone il seguente quesito: "Nella mia famiglia siamo in cinque: mio padre, mia madre, mia moglie e mia figlia. Ti prego, dimmi: chi è il quinto?". Il ragazzo ci pensa, ci ripensa, cerca di analizzare tutte le possibilità, ma non riesce a trovare la soluzione ed alla fine si arrende e la chiede al maestro.*

*Questi acconsente e gli dice: "Il quinto componente della famiglia sono io!".*

*Il ragazzo allora rimane stupefatto, perché comprende che il maestro ha ragione: è così, era evidente anche prima, ma lui non ci era arrivato.*

*Il maestro allora aggiunge: "Applica questo metodo a tutto quanto la vita ti metterà di fronte e allora otterrai la vera conoscenza".*

*Il ragazzo è felicissimo e torna a casa convinto di avere la conoscenza in tasca. Non appena arriva in famiglia, gli chiedono immediatamente se è riuscito nella sua missione e lui risponde affermativamente. Allora lo zio lo supplica di dare anche a lui la conoscenza.*

*Il ragazzo accetta di darla anche a lui e dice: "Zio, rispondi alla mia domanda. Nella mia famiglia siamo in cinque: mio padre, mia madre, mia moglie e mia figlia. Ti prego, dimmi: chi è il quinto?". Allora lo zio si concentra cercando la soluzione, ma alla fine si arrende supplicandolo di dargli la risposta che lui non riesce a trovare da solo. Quindi il ragazzo acconsente e gli dice: "Il quinto componente della famiglia è il gelataio che ho incontrato a Milano!".*

Le risa non si contavano!

Alle 12.30 mangiamo qualcosa e poi andiamo a riposare.

Ci ritroviamo alle 15.30 con il swami.

Cosa è lo yoga? Cosa è la vita?

Con queste domande del swami, comincia la nostra chiacchierata. Rispondiamo prima noi e poi il swami ci dà il suo punto di vista.

*Per il swami, lo yoga è un ponte tra la vita ordinaria e quella divina: uno strumento che ci permette quindi di passare da una parte all'altra. Per spiegarci cosa è la vita, invece, ci vorrà molto più tempo.*



*Parliamo dell'io e di quanto esso sia un agglomerato di parti: il corpo, i sensi, la mente sensoriale (manas), l'intelletto (buddhi), la mente subcosciente (chitta), il prana.*

*Il prana è energia, è vibrazione. Nel nostro corpo la sua vibrazione nasce nel cuore sottile, posto nell'angolo nord-ovest del cuore fisico, nel chakra anahata. Questa vibrazione si diffonde in tutto il corpo e nelle cellule del cervello questa vibrazione prende la forma dei pensieri che quindi, per loro natura, non sono mai fermi<sup>6</sup>.*

*La mente non sarebbe altro che l'insieme del flusso dei pensieri.*

Verso le 17.30 ci spostiamo al Gange.

Nell'ordine, Marina, Mauro, Giovanni, io, Valentina e Annamaria facciamo il bagno nel fiume sacro.

Poi alle 19.00, rientriamo all'ashram per la cena ed alle 19.45 partecipiamo ai canti a Shiva, alla fine dei quali è stato proiettato un film italiano del 1974 su Milarepa, un importante yogi e poeta del buddismo tibetano.

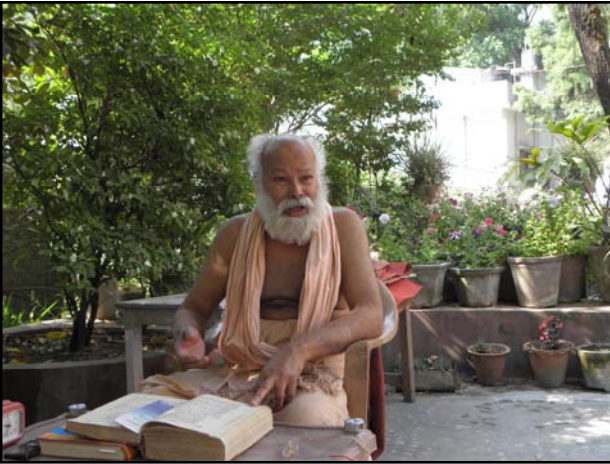
---

<sup>6</sup> Esattamente come il suono prodotto percuotendo un tamburello con una mano dipende dal punto in cui esso viene colpito, così, a seconda di dove il prana si manifesta, anche nel nostro corpo, il suo effetto è differente.

## Sabato 17 aprile

Questa notte abbiamo avvertito una scossa di terremoto... brevissima, ma tale svegliarci quasi tutti. Quelli di noi che avevano la camera sopra quella del swami, hanno sentito solo un rumore, mentre gli altri hanno proprio avvertito un movimento ondulatorio.

Quindi, la conclusione è stata che l'epicentro del terremoto era la camera del swami! Battute a parte, è certo che a parte la brevissima scossa di terremoto, tutti noi siamo stati sicuramente e costantemente investiti da una serie di scosse sottili, che dal swami si sono riversate in noi, lasciando un segno indelebile.



Dalle 6.00 alle 7.00 partecipiamo ai canti devozionali.

Facciamo quindi la colazione verso le 8.00 e poi andiamo al Gange.

Dalle 9.30 alle 12.00 partecipiamo alla lezione sullo Yoga Vashista per poi pranzare nell'ashram.

Dopo poco più di due ore di riposo, ci ritroviamo per un thè per poi incontrarci alle 15.30 con il swami. Stiamo 3 ore con lui,

continuando il discorso iniziato ieri.

*Esattamente come il fuoco manda calore, così i pensieri hanno la loro influenza: noi siamo influenzati dai pensieri degli altri e a nostra volta li influenziamo.*

*Quindi frequentare persone sagge ci rende più saggi, frequentare persone stolte ci rende più stolti.*

*Ogni azione ha la sua reazione uguale e contraria. La nostra vita è fatta da azioni. Dalle più sottili, i pensieri, alle meno sottili, le parole, ed infine agli atti concreti, che sono le azioni grossolane. Tutte le azioni quindi funzionano come dei boomerang, perciò dobbiamo stare molto attenti ad esse: il positivo che facciamo (o solo pensiamo o diciamo) ci ritorna indietro e lo stesso capita con il negativo.*

*Per proteggerci dal freddo abbiamo bisogno di abiti caldi. Analogamente per proteggerci dai pensieri negativi degli altri, dobbiamo avere dei forti pensieri positivi.*

*Se siamo mentalmente forti, nulla può ferirci.*

*La nostra vita può essere vista come costituita da due opposti: il destino e la libertà.*

*Il nostro destino dipende dall'insieme delle impressioni che si sono accumulate nella nostra vita attuale ed in quelle precedenti. La vita è quindi una lotta tra il destino e la libertà: tra i due vince il più forte.*

*Destino e libertà sono comunque interdipendenti e si alimentano e complementano a vicenda.*

*Esattamente come si cammina con due gambe, così la vita, per andare avanti correttamente, lo deve fare con un alternarsi di destino e libertà.*

*Nel cammino spirituale la pazienza è fondamentale.*

*Ognuno di noi è attratto dal positivo o dal negativo in funzione delle impressioni accumulate.*

*Un pensiero accumulato e ripetuto nel tempo, diventa abitudine.*

*Un'abitudine accumulata e ripetuta nel tempo, diventa il carattere.  
Il carattere accumulato e ripetuto nel tempo, diventa il destino.  
Per cambiare, bisogna accumulare pensieri di segno opposto ed avere pazienza.*

*Per ricevere la conoscenza bisogna essere qualificati. Quindi per essere bagnati dall'acqua della conoscenza dobbiamo essere come il cotone, che si lascia bagnare e non come la pietra che invece è impermeabile.*

Alla fine dell'incontro entriamo ufficialmente nella famiglia del swami, la Divine Life Society, una famiglia composta da persone che sono in cammino verso la vita divina, attraversando il ponte dello yoga. D'ora in poi, per venirlo a trovare, basterà presentarsi all'ashram: non c'è bisogno di nessuna telefonata e di nessuna prenotazione. Anche oggi come ieri, l'incontro si chiude con l'affermazione del swami che quanto ci ha detto non corrisponde che alla sua piccola conoscenza, niente di più: non è assolutamente una verità assoluta.

Ritorniamo quindi al Gange per poi rientrare all'ashram per la cena e per i successivi canti devozionali.

Questa sera il programma continua oltre le 21.30. Prima tre monaci cantano con l'accompagnamento dell'harmonium e di alcune campane, poi viene il nostro turno. Comincia Pino con un assolo di percussioni che il swami ha poi definito come la danza di distruzione di Shiva. Poi Ernestina balla sul ritmo di Pino, cercando di contenere la sensualità della sua danza: non sappiamo con quanto successo... In ogni caso raccoglie gli applausi di tutto il pubblico.

Il gruppo esegue quindi "L'uva fogarina", lasciando poi il posto ad un assolo di canto di Marina con "Astro del Ciel".

La nostra performance si chiude con "Vengo anch'io. No, tu no!" guidata da Pino. Successo strepitoso! O almeno noi lo abbiamo registrato così.

Andiamo a salutare il Gange ed il cielo stellato e poi andiamo nelle nostre camere per passare l'ultima notte all'ashram.



**Domenica 18 aprile**

## **Rientro a Rishikesh**

Dalle 6.00 alle 7.00 partecipiamo ai canti devozionali, dopodichè il swami ci dedica tutto il suo tempo fino alle 8.30, rispondendo alle nostre domande.

*Che differenza c'è tra il pensare di uccidere una persona ed il farlo realmente?*

Pensare, parlare ed agire sono tutte e tre da considerarsi "azioni". Il pensare è un'azione sottile, mentre l'agire concretamente è un'azione grossolana. La parola rimane nel mezzo. Quando un bambino sbaglia, siamo portati a perdonarlo più facilmente che se a sbagliare è stato un adulto o, peggio ancora, un anziano, che dall'alto della sua esperienza è da considerare massimamente responsabile dei suoi atti. La stessa cosa accade con le nostre azioni.

I pensieri sono da paragonare agli atti di un bambino. Quindi una conseguenza (una reazione) ad un pensiero negativo ci sarà sicuramente, ma sarà minima. Se dal pensiero la negatività si trasferisce alla parola, la conseguenza sarà maggiore. E se si trasferisce all'atto concreto, allora la conseguenza sarà la massima possibile.

*L'autorealizzazione sembra non essere possibile per semplice sforzo personale, ma occorre la benedizione di Dio. Cosa vuol dire ciò? Cosa è Dio? È personale o è impersonale?*

L'Assoluto è da considerarsi il Dio impersonale, ma la sua manifestazione nel mondo è il Dio personale: esistono entrambi gli aspetti. Iswara, il Signore di cui Patanjali scrive nei suoi Yoga Sutra, ha un aspetto impersonale ed uno personale.

La stessa cosa accade se pensiamo al Governo di uno stato. Se un poliziotto arresta un ladro, ebbene è come se il Governo lo ha arrestato: il Governo è il potere impersonale, mentre il poliziotto è la sua manifestazione personale.

La vera religione è una sola ed il suo scopo è semplicemente quello di spingere l'uomo verso Dio, verso la Sua realizzazione.

*Se Positivo è Negativo sono sempre in equilibrio, che senso ha occuparsi di far crescere il Positivo?*

Fino a che la nostra coscienza non si sia espansa tanto da abbracciare tutto l'universo, non ha senso porsi questa domanda, perché la risposta non sarebbe comprensibile. Occuparsi di temi universali senza che la nostra coscienza sia in grado di abbracciarli completamente è una cosa che non ci appartiene. Quello di cui dobbiamo occuparci è semplicemente di far crescere il Positivo sempre di più attorno a noi.

*Come fare a sapere se siamo o no nel giusto sentiero?*

Ci sono solo tre soli modi per capirlo.

Il primo, e più importante, è quello di ascoltare la nostra voce più intima. Se qualcosa non va bene, profondamente, lo dobbiamo sapere.

Il secondo modo è quello di utilizzare le scritture sacre della propria cultura.

Il terzo ed ultimo è quello di ascoltare la voce del proprio guru.

Alle 9.30 ci ritroviamo per l'ultima lezione sullo Yoga Vashista, dopo la quale finalmente capisco il senso di queste lezioni.

Si tratta di semplici approfondimenti intellettuali su un percorso che non è il nostro, ma che si riferisce al percorso della conoscenza (Gyana Yoga), un percorso che usa un metodo di discriminazione intellettuale per arrivare alla Trascendenza, all'Assoluto. Come anche il

swami mi ha poi confermato, è importantissimo mantenere il proprio percorso, senza farsi deviare dagli altri percorsi per quanto validi possano mostrarsi alla nostra mente. Solo la costanza e la permanenza sono premiate.

Però conoscere anche altri percorsi spirituali, può essere un'arma in più e magari un'opportunità da cogliere se e quando la vita ce lo suggerirà.

Il swami ringrazia, tramite me, tutto il gruppo per il suo contributo positivo dato alla vita dell'ashram. Facciamo quindi le foto di rito con tutti i cari amici incontrati: Jaipal, l'amministratore dell'ashram, suo figlio Visnu, l'anziano insegnante di Hatha Yoga Venkateswaram e la sua allieva e tutti i monaci ospitati. Infine facciamo le foto con il caro swamiji.



Verso le 13.00, dopo aver ricevuto le benedizioni del swami, partiamo, per arrivare a Rishikesh solo 5 ore e mezza dopo, verso le 18.30.

Alle 20.30 ci ritroviamo per la cena, dopo la quale chiacchieriamo del valore che da dare all'importantissima esperienza fatta a Ganesh Puri ed in particolare all'incontro con swamiji.

Al primo posto c'è il terremoto positivo che le vibrazioni di questo uomo, e di uomini come lui, possono provocare in noi.

In secondo piano, ma comunque importanti, ci sono i chiarimenti intellettuali che ne riceviamo. Questi però possono nascondere un'insidia: se la nostra mente è debole, possono deviarci dal nostro percorso e questo

sarebbe un errore, una perdita di tempo, a meno che, ovviamente, non decidiamo di cambiare percorso. Ma allora andrebbe completamente abbandonata la strada vecchia per la nuova: insomma, nello yoga, i "minestroni" non vanno proprio bene.

Detto in altre parole, lo yoga va sperimentato. Sulla base della propria esperienza va quindi valutato se ci sono o meno dei risultati e quindi se andare avanti oppure no. Ma se mescoliamo più percorsi insieme, non sapremo mai cosa sta o non sta funzionando e quindi non avremo altra possibilità che brancolare nel buio.

**Lunedì 19 aprile**

### **ISSUP e scuola dei musicisti**

L'appuntamento per la colazione è alle 9.00, dopodichè la mattinata è libera per gli acquisti.

Alle 13.00 ci ritroviamo nella mia camera per fare un esercizio insieme e poi, dopo un paio d'ore di riposo, ci ritroviamo ancora verso le 16.30 per andare all'ISSUP.

L'ISSUP è ormai una Guest House trasandata, frequentata da una clientela che sembra essere soprattutto occidentale. Come avevamo già osservato durante il nostro ultimo viaggio, non c'è alcun segno che ricordi Mario Brunetti, il padre di questo edificio. Questa volta, inoltre, anche la stanza di Mario è occupata da qualche turista.

Sulla terrazza dell'ISSUP, raccontiamo la storia di Mario Brunetti sia per i nuovi che per i vecchi del gruppo, facciamo un breve esercizio e poi andiamo alla scuola dei musicisti, dove ci fermiamo solo pochi minuti.



Andiamo quindi al Gange e, seguendo la nuova passeggiata a lato del fiume, ci incamminiamo lentamente verso il luogo dell'Arti, giungendoci a cerimonia iniziata da poco. Dopo aver seguito la cerimonia a distanza, ci fermiamo sul ghat per un breve esercizio.

Alle 19.30 rientriamo all'Inderlok per la consueta festa offertaci da Mohan.

Dopo cena ci vestiamo tutti eleganti, in quanto sulla terrazza dell'hotel sarebbe cominciata per le 21.30, la tanto attesa quanto improvvisata "serata paradossale". Per due ore ognuno di noi racconta una storia al resto del gruppo, *"la storia che per tutto l'anno appena trascorso, aveva sognato di raccontarci"*.

**Martedì 20 aprile**

## **Mala Kunti e Vashista Guha**

Ci ritroviamo alle 8.30 per la colazione, dopodichè ci muoviamo con il minibus per Mala Kunti, che si trova poco dopo la Vashista Guha sulla strada per Badrinath / Kedarnath.

Attraversiamo il ponte di funi metalliche sul Gange e ci muoviamo verso un antico tempio a Shiva, all'interno di una grotta. Lo spazio è molto ridotto, quindi ci sediamo all'esterno della grotta ed, a due a due, vi entriamo, ogni gruppetto per una decina di minuti. Questo luogo è molto forte ed il rammarico comune è di esserci stati poco tempo...

Ci spostiamo quindi verso il fiume, dove ognuno sceglie un suo posto per fare l'esercizio, dopodichè facciamo il bagno: entriamo prima io e Pino e poi uno alla volta gli altri del gruppo.

Comodamente seduti su delle sedie e riparati dal caldo, all'ombra di un tendone posto proprio in riva al fiume, mangiamo qualcosa e poi leggo al gruppo un materiale sulla Vashista Guha, che sarebbe stata la nostra tappa successiva. Verso le 14.30 lasciamo Mala Kunti.

Arriviamo all'ingresso della grotta Vashista alle 15.01: esattamente un minuto dopo che venisse riaperta, dopo la pausa di mezzogiorno!

Entriamo nella grotta, già occupata da un gruppo di indiani in meditazione con il loro guru. Rimaniamo mezz'ora, ma il gruppo che occupa la grotta è un po' disturbante, nel senso che sembrano più un gruppo di ingenui guidati da un imbroglione, che dei sinceri ricercatori.

Usciti dalla grotta incontriamo Swami Chetananda, il responsabile di questo luogo. Lo abbiamo incontrato nel nostro viaggio del 2006 insieme al nostro caro amico Swami Ramachandrananda. Invece Swami Shantananda, che abbiamo incontrato nel 2008, non riusciamo a vederlo: sta riposando nella sua camera ed è in deboli condizioni di salute a causa di diverse operazioni subite.

Il sorriso di Swami Chetananda è sempre lo stesso. La sua conoscenza dell'inglese pure: quasi nulla.

Non riusciamo a fare un esercizio con lui. Sono infatti due settimane che a causa di una forte cervicale o di una labirintite, non riusciamo a capirlo, non riesce a meditare: appena chiude gli occhi la testa comincia a girargli.

Prima di andar via, facciamo un altro esercizio nella grotta, approfittando del fatto che si è appena svuotata.

Intorno alle 18.00 rientriamo all'Inderlok. Ci ritroviamo per la cena alle 20.00 e poi andiamo a fare una passeggiata al Gange.

Prima di andare a riposarci rimaniamo sulla terrazza dell'hotel per chiacchierare un po' sulla giornata appena trascorsa, invitando tutti quelli che ne hanno voglia ad andare al Gange il mattino presto, prima della colazione.

Mercoledì 21 aprile

## Laxman Jhoola

Ci ritroviamo alle 8.30 per la colazione, dopodichè ci muoviamo verso Laxman Jhoola.

Dopo una parentesi di acquisti, ci spostiamo verso il *tempio dei sette stati di coscienza*, nel quale rimarremo quasi 2 ore. Ognuno dei presenti porta con sé, nel suo cuore e nella sua mente, una persona cara ed una o più persone del gruppo rimaste in Italia.

È stato un unico esercizio, in cui i rintocchi delle campane, gli scalini, l'alternanza dei due lati del tempio, quello sulla città e quello sul fiume, il salire verso il fresco e poi lo scendere ancora verso il caldo, l'incontro con i pellegrini che più salivamo, più si faceva insistente, a causa degli spazi sempre più ristretti, tutto quanto si fondeva, esattamente come l'inspiro si fonde nell'espiro, come, in una camminata, al piede sinistro, segue il destro.

Al penultimo piano facciamo la pausa più lunga, rimanendo seduti per circa 40 minuti, poi all'ultimo, partecipiamo alla puja di benedizione.



Ognuno ha avuto le sue risposte. Qualcuno ha scoperto per la prima volta e quindi con sua grande sorpresa, il fastidio che l'India può dare, qualcun altro ha salito gli scalini del tempio così come si salgono quelli della propria coscienza.

Scesi dal tempio, ci rituffiamo negli acquisti. Poi, su una jeep, ci spostiamo a Ram Jhoola e da qui andiamo al Gange, che attraversiamo su una barca. Prendiamo quindi il toc toc e rientriamo all'Inderlok verso le 14.45.

Ci ritroviamo alle 17.15 per andare a trovare i bambini della Leda Mathaji School. I bimbi ci aspettano al Neermal Hospital e da qui ci accompagnano alla scuola.

Ci dividiamo prima in gruppetti: tre o quattro bimbi alla volta scelgono due o tre di noi e

decidono loro cosa fare. Si parla, ma soprattutto si gioca.

Chiudiamo i giochi formando un unico gruppo e, quindi, tutti insieme componiamo un grande cerchio, all'interno del quale si svolgeranno le ultime e frenetiche corse.

I nostri fisici vengono messi a dura prova e quando arriva il momento di lasciare la scuola, siamo completamente sfiniti.

Salutarci però, è la cosa più difficile, sia per noi, ma soprattutto per loro. I saluti vengono prima rimandati dalla terrazza all'entrata della scuola e poi vengono ripetuti per la strada... noi facciamo un passo ed i bimbi ne fanno due per non perderci di vista.

Due visi mi sono rimasti più di altri, impressi nella mente.

Quello di Shivanghi, sempre sorridente e decisa, ma che al momento dell'addio, dice con la massima serietà, che è triste e quello di Shalu, che ripete continuamente di non dimenticarla: lei non potrà mai farlo di noi.

*Questa cosa della "memoria" sarà per me un segno forte di questo viaggio. Sembra infatti che per l'indiano una delle cose più importanti sia quella di essere ricordato. Me lo hanno ripetuto Jaipal, Visnu e la discepola di Venkateswaram a Ganesh Puri, me lo ha ripetuto Mitlesh (un ex della scuola di Chandru che ho incontrato per le strade di Rishikesh insieme a suo fratello Praveen). Anche swamiji, dicendoci che siamo parte della sua famiglia, ci ha poi sottolineato di non dimenticarcelo.*

Infine riusciamo a lasciarci e in cuor mio, prometto che non li dimenticherò!

Andiamo quindi al tempio Sikh per fare un esercizio.

Rientriamo all'Inderlok per la cena e poi ci ritroviamo sulla terrazza parlando della giornata appena trascorsa e soprattutto dando spazio alle critiche nei confronti delle guide.

Rosi: *"Mi piacerebbe che tutte le sere ci fosse la possibilità di fare il bilancio della giornata".*

Laura: *"Ho notato una grande differenza tra il modo di gestire il gruppo da parte della Leda e quello con cui lo gestiscono Pino e Michele. La Leda mi seguiva molto più da vicino, senza quasi lasciarmi lo spazio per respirare. Ero sempre controllata e stimolata in qualche modo. E questo mi è stato molto utile per approfittare al massimo dei miei viaggi in India anche se spesso ha messo a dura prova la mia pazienza. Durante questo viaggio, invece questo non è successo. Non è né meglio né peggio, ma è semplicemente diverso.*

*Inoltre questo viaggio è stato poco di scoperta dal punto di vista dell'esterno, del lato turistico dell'India."*

**Giovedì 22 aprile**

### **Nelle mani del karma**

Ci ritroviamo alle 9.00 per la colazione, dopodichè lasciamo la mattinata libera perché ognuno vada da solo per le strade di Rishikesh, abbandonandosi agli incontri casuali che il karma proporrà per ognuno.

Quasi tutti si muovono verso il Gange, chi da un lato e chi dall'altro. Ognuno fa i suoi incontri, che condividiamo quando ci ritroviamo nella mia camera verso le 12.30.

Facciamo quindi un esercizio e poi, dopo la pausa pomeridiana, ci ritroviamo alle 17.00 per andare alla *scuola di sanscrito*, il luogo dove Mario Brunetti arrivò quasi 50 anni fa per cominciare la sua, e quindi anche la nostra, storia con lo yoga.

La scuola è ancora frequentata dagli studenti: l'anno scolastico è però quasi al termine.

Entriamo nel tempietto e lì facciamo un esercizio con un pandit che non parla minimamente l'inglese e che avevamo incontrato due anni prima nello stesso luogo. Dopo l'esercizio riceviamo la sua benedizione.

Ci sediamo sul ghat di fronte alla scuola di sanscrito e riposiamo la nostra mente sulle acque tranquille e placide che ne bagnano gli scalini.

Quindi ci incamminiamo lungo il fiume e facciamo un esercizio in prossimità di un tempietto frequentato da sole donne.

Arriviamo infine al luogo dell'Arti, quando ormai la cerimonia è finita. Facciamo le nostre offerte floreali al fiume e cominciamo a salutarlo, a dare il nostro addio.

Rientriamo quindi in albergo, ceniamo, ci ritroviamo in terrazza e poi andiamo a riposare.

**Venerdì 23 aprile**

### **L'addio all'India**

Ci ritroviamo alle 9.00 per la colazione, dopodichè andiamo a salutare per l'ultima volta il Gange, lasciando un omaggio floreale anche per Leda e Giorgia.  
Il resto della mattinata è libero per gli ultimi acquisti.

Alle 12.30 ci ritroviamo per un esercizio nella mia camera e per le 13.30 scendiamo alla reception, per incontrare Chandru, per gli ultimi saluti.

Prepariamo quindi i bagagli e per le 15.00 partiamo.  
Sembra che Rishikesh non voglia farci andare via: per due volte l'autista deve cambiare strada tornando sui suoi passi o perché la strada scelta è chiusa oppure perché una manifestazione ci chiude il passaggio.

Il viaggio è molto lungo: sette ore di viaggio ed un'ora di pausa.  
Arriviamo all'aeroporto alle 23.00. Ci sistemiamo quindi nella sala d'aspetto in attesa di poter fare il check-in, quattro ore prima del decollo dell'aereo.



**Sabato 24 aprile**

## **Rientro in Italia**

All'una lasciamo quindi la sala d'aspetto, imballiamo i bagagli e facciamo il check-in. Passiamo i controlli dei bagagli e dei passaporti e partiamo in orario, alle 5.00.

L'arrivo a Doha è puntuale, alle 6.25. Dopo due ore di scalo ripartiamo per Milano dove arriviamo con una ventina di minuti d'anticipo, verso le 13.30.

I nostri corpi sono felici di rientrare a casa e non vedono l'ora di una doccia, di un riposo e forse anche di cibo italiano. I nostri cuori sono malinconici per quanto abbiamo lasciato, ma pronti a riabbracciare quanto ci è familiare. Le nostre menti invece, sono ancora in India... se tutto va bene ci raggiungeranno verso la fine della settimana che viene.

Grazie al karma di tutti noi!

Se questo viaggio è stato possibile lo dobbiamo ad ognuno dei suoi partecipanti, alle amicizie indiane che lo hanno facilitato, ma soprattutto ai nostri maestri, alla Leda, a Mario, a Maharishi e tutti quelli che li hanno preceduti e certamente, non ultima, all'India, vera regista di tutto il viaggio.

Grazie a tutti!

## Commenti di alcuni partecipanti

### Pino

Penso che il viaggio appena fatto in India abbia dato a tutti noi la possibilità di raggiungere una maggiore consapevolezza individuale e di gruppo.

Come un puzzle, infatti, il gruppo ha avuto modo di sperimentare esperienze individuali e di unione con tutto il gruppo.

Il non aver posto degli ostacoli, ci ha consentito di poter vivere esperienze straordinarie, il lasciarsi andare a quello che l'India vuole che noi facciamo ci ha consentito di entrare in modo profondo nella conoscenza personale e, dell'India.

I particolari incontri fatti sul treno (non era previsto) mi hanno fatto rincontrare mio zio (deceduto 25 anni fa). Mi ha riportato indietro all'infanzia con la sua serenità e spensieratezza.

L'incredibile forza di milioni di persone presenti a HARIDWAR nella devozione, ha provocato una liberazione di energia incredibile, dove la condivisione dell'esercizio ha attivato le nostre energie interne dando luogo a maggiore chiarezza, consapevolezza ed equilibrio.

Il tutto è confermato e rafforzato negli indimenticabili incontri con swami Premananda che ci ha aperto le porte e ci ha fatto entrare in quel meraviglioso mondo di pace e serenità, di amore e condivisione, dell'energia universale.

La parte emozionale della festa alla scuola Leda Mata Ji completa quel percorso del viaggio che ha consentito di dare qualcosa ai bambini della scuola ma, soprattutto, di ricevere la gioia e la serenità.

Un caloroso ringraziamento a Michele e a tutti i componenti del gruppo.

### Ernestina

Prendere parte al Kumbha Mela a Haridwar, essere partecipe di un evento spirituale che si celebra ogni 12 anni, è stato per me un avvenimento straordinario, un'esperienza significativa, una situazione da vivere.

In un'intensa atmosfera, magica ed unica, raduno ed incontro fra Swami, Yogi, Sadhu, Sannyasin, devoti e ricercatori spirituali, la carica di vibrazioni mi ha pervaso e ha penetrato i miei sensi, assaliti da infiniti impulsi.

Un mare di colori ha invaso i miei occhi: i brillanti sari delle donne, l'arancione dell'abito degli Swami, il bianco candido e sfolgorante delle nostre vesti, l'indefinito colore dei Sadhu che non indossano nessun vestito, ma hanno il corpo ricoperto di cenere.

Inoltre, osservare i sorrisi sulle labbra dei pellegrini mi ha trasmesso gioia nel cuore.

Le mie orecchie sono state inondate di suoni: canti sacri, ritmi di tamburi e campanelle oltre alle armonie delle bande musicali che accompagnavano la processione.

Il naso ha fiutato inebrianti profumi di incenso misti all'aroma delle spezie proveniente dai pasti dei pellegrini.

Le mani hanno afferrato fiori e caramelle lanciate dai carri e hanno sfiorato centinaia o forse migliaia di persone accalate lungo le strade, in quello che è stato un oceanico pellegrinaggio verso il bagno, nelle sacre acque del Gange, per cancellare il karma di numerose vite.

Infine, la mia bocca ha assaporato deliziose pietanze servite nell' Ashram, luogo dove ho trovato la pace del corpo dopo l'inebriante giornata, ed altresì la pace dello spirito durante la meditazione.

## Rosi

Tre sono stati i momenti fondamentali di questo viaggio.

**HARDWARD E LA CUMBAMELA:** in una città santa, ogni 12 anni, milioni di pellegrini accorrono per bagnarsi nelle acque sacre del Gange. Sono sadhu, eremiti che scendono dai monti e dalle foreste, sono guru, capi spirituali e sono persone devote che arrivano da tutta l' India con un' unica idea , quella di volgersi verso il Divino ed unirsi ad esso. In mezzo a quella folla in perenne movimento, in mezzo ad un vorticare di colori , di odori e di rumori noi ci siamo lasciati andare e ci siamo riempiti di questa energia: sono giorni di euforia questi, sono giorni di gioia, sono giorni in cui non puoi non sentirti come una goccia d' acqua in un oceano, come la piccola parte di un immenso Tutto.

**UTTARKASHI E LA SUA PACE:** in un paesaggio bellissimo di montagna, sulle rive del fiume Gange, un silenzio speciale ci accoglie ed insieme ad esso la risata argentina di swami Premananda. Bastano pochi minuti trascorsi in sua compagnia per capire il motivo per cui siamo qui: è la quiete dopo la tempesta, è la pace che acquieta l' animo e riporta equilibrio. Qui è il silenzio che domina, rotto dai canti potenti che fanno vibrare le corde della tua anima. E Swami Premananda ti accompagna e ti sostiene in questo viaggio all' interno di te stesso.

**INFINE RISHIKESH:** come un ritorno a casa, come il rientro in un porto sicuro, quando pensi che ormai il viaggio ti ha già dato tutti i suoi doni e ti senti appagato. Invece scopri che ci sono altre sorprese per te: più intime più personali, ma non meno importanti. Un pomeriggio trascorso a giocare con i bambini sulla terrazza della loro scuola per ritrovare quella gioia così innocente che appartiene solo al mondo dei bambini; il sorriso di una donna che ti invita a sederti vicino a lei a cantare e suonare, ti accoglie nel suo mondo senza domande per riscoprire il senso dell' accoglienza; un mattino trascorso in un tempio dove un swami ti accoglie e ti mette a disposizione tutto ciò che ha. Non servono parole, parliamo lingue diverse, ma è la profondità del suo sguardo che parla, è il suo magnifico sorriso che comunica. Basta così poco per sentirsi felici.

## Carla

Prima di partire avevo molte resistenze, paura di non farcela, paura che il fascino di questo paese fosse legato ai viaggi precedenti compiuti con Leda.

Il tratto dominante di questo viaggio in India è stato, secondo me, l' unione e la collaborazione tra il gruppo e i nostri "guru". Le esperienze che abbiamo potuto fare insieme e, a volte, anche ognuno per conto proprio, hanno accresciuto in me la conoscenza di questo paese così lontano e così ricco di vibrazioni. Il senso di pace così intenso che abbiamo vissuto in alcuni luoghi, mi ha dato lo spunto per approfondire anche la conoscenza con la mia parte più intima. Le mie resistenze sono cadute ed è rimasto solo il desiderio di essere coinvolta in ogni momento. Arrivederci a presto, cara India.

## Dettagli economici

### Spese effettuate come cassa comune

**Cambio**      1 Euro = 58,50 Rupie indiane (max 58,70 – min 58,20)

Data	Descrizione	Rs India	Euro	Saldo Rupie	Saldo Euro
10/04/2010	Mancia Portatori bagagli	- 30 Rs		- 30 Rs	0,00 €
10/04/2010	Cheetal Grand	- 230 Rs		- 260 Rs	0,00 €
10/04/2010	Mancia autista	- 200 Rs		- 460 Rs	0,00 €
10/04/2010	Acquisto fiori per il Gange	- 75 Rs		- 535 Rs	0,00 €
10/04/2010	Acquisto incensi comuni	- 30 Rs		- 565 Rs	0,00 €
10/04/2010	<u>Versamento Cassa Michele</u>	1.000 Rs		435 Rs	0,00 €
11/04/2010	<u>Versamento Cassa resto del gruppo</u>	10.000 Rs		10.435 Rs	0,00 €
11/04/2010	Triveni - Spostamento Delhi-Rishikesh	- 14.500 Rs		- 4.065 Rs	0,00 €
11/04/2010	Triveni - Anticipo per spostamento a Ganesh Puri	- 5.500 Rs		- 9.565 Rs	0,00 €
11/04/2010	Toc toc	- 100 Rs		- 9.665 Rs	0,00 €
11/04/2010	<u>Versamento Cassa di tutto il gruppo</u>	22.000 Rs		12.335 Rs	0,00 €
12/04/2010	Acqua e bevande	- 321 Rs		12.014 Rs	0,00 €
13/04/2010	Rickshaw	- 300 Rs		11.714 Rs	0,00 €
14/04/2010	Acqua per tutti	- 100 Rs		11.614 Rs	0,00 €
14/04/2010	Rickshaw	- 300 Rs		11.314 Rs	0,00 €
14/04/2010	Contributo per l'ashram di Haridwar	- 6.000 Rs		5.314 Rs	0,00 €
15/04/2010	Minibus Haridwar-Rishikesh	- 5.200 Rs		114 Rs	0,00 €
15/04/2010	Verdura per Ganesh Puri	- 2.300 Rs		- 2.186 Rs	0,00 €
15/04/2010	Triveni - Seconda tranche per spostamento a Ganesh Puri	- 5.000 Rs		- 7.186 Rs	0,00 €
15/04/2010	Caramelle cicche comuni	- 60 Rs		- 7.246 Rs	0,00 €
15/04/2010	Acqua per tutti	- 160 Rs		- 7.406 Rs	0,00 €
15/04/2010	<u>Versamento Cassa di tutto il gruppo</u>	11.000 Rs		3.594 Rs	0,00 €
17/04/2010	Acqua per tutti	- 160 Rs		3.434 Rs	0,00 €
18/04/2010	<u>Versamento Cassa di tutto il gruppo</u>	5.500 Rs		8.934 Rs	0,00 €
18/04/2010	Contributo per l'ashram di Ganesh Puri	- 8.000 Rs		934 Rs	0,00 €
18/04/2010	Mancia per Jaipal	- 200 Rs		734 Rs	0,00 €
18/04/2010	Mancia autista	- 200 Rs		534 Rs	0,00 €
18/04/2010	Thè / bevande per tutti	- 66 Rs		468 Rs	0,00 €
19/04/2010	<u>Versamento Cassa di tutto il gruppo</u>		550,00 €	468 Rs	550,00 €
19/04/2010	Incensi per Adel	- 200 Rs		268 Rs	550,00 €
19/04/2010	Toc toc	- 120 Rs		148 Rs	550,00 €
20/04/2010	<u>Versamento Cassa di tutto il gruppo</u>	11.000 Rs		11.148 Rs	550,00 €
20/04/2010	Acqua per tutti	- 230 Rs		10.918 Rs	550,00 €
20/04/2010	Mancia per guardiani a Mala Kunti	- 100 Rs		10.818 Rs	550,00 €
20/04/2010	Mancia Autista per Mala Kunti	- 100 Rs		10.718 Rs	550,00 €
20/04/2010	Offerta tempio Vashista Guha	- 50 Rs		10.668 Rs	550,00 €
20/04/2010	Incensi per Adel	- 180 Rs		10.488 Rs	550,00 €
21/04/2010	Olager Adel (analloc)	- 1.600 Rs		8.888 Rs	550,00 €
21/04/2010	Toc toc - Laxman Jhoola (andata)	- 200 Rs		8.688 Rs	550,00 €
21/04/2010	Toc toc - Laxman Jhoola (ritorno)	- 200 Rs		8.488 Rs	550,00 €
21/04/2010	Jeep Ram Jhoola	- 55 Rs		8.433 Rs	550,00 €

Diario di viaggio in India - 09-24 aprile 2010

Data	Descrizione	Rs India	Euro	Saldo Rupie	Saldo Euro
21/04/2010	Barca Ram Jhoola	- 110 Rs		8.323 Rs	550,00 €
21/04/2010	Offerta per puja al Tempio dei 7 stati di coscienza	- 100 Rs		8.223 Rs	550,00 €
22/04/2010	Triveni - Saldo per spostamento a Ganesh Puri		- 159,79 €	8.223 Rs	390,21 €
22/04/2010	Triveni - Spostamento a Mala Kunti		- 65,29 €	8.223 Rs	324,92 €
22/04/2010	Triveni - Anticipo in euro per spostamento a Delhi		- 74,92 €	8.223 Rs	250,00 €
22/04/2010	Triveni - Anticipo in rupie per spostamento a Delhi	- 1.410 Rs		6.813 Rs	250,00 €
22/04/2010	<u>Versamento Cassa di tutto il gruppo</u>		2.750,00 €	6.813 Rs	3.000,00 €
22/04/2010	Toc toc Sanscrit School	- 100 Rs		6.713 Rs	3.000,00 €
22/04/2010	Puja Sanscrit School	- 100 Rs		6.613 Rs	3.000,00 €
22/04/2010	Fiori Rishikesh	- 50 Rs		6.563 Rs	3.000,00 €
23/04/2010	Inderlok Hotel - Camere		- 1.925,00 €	6.563 Rs	1.075,00 €
23/04/2010	Inderlok Hotel - Cene		- 330,00 €	6.563 Rs	745,00 €
23/04/2010	Inderlok Hotel - Varie		- 135,00 €	6.563 Rs	610,00 €
23/04/2010	Cambio in Rupie		- 60,00 €	6.563 Rs	550,00 €
23/04/2010	Cambio in Rupie	3.500 Rs		10.063 Rs	550,00 €
23/04/2010	Fiori Rishikesh	- 55 Rs		10.008 Rs	550,00 €
23/04/2010	Rimborso a Chandru per spese comuni ad Haridwar e per telefono	- 1.000 Rs		9.008 Rs	550,00 €
23/04/2010	Mancia Anand	- 1.500 Rs		7.508 Rs	550,00 €
23/04/2010	Mancia Totaram	- 1.500 Rs		6.008 Rs	550,00 €
23/04/2010	Mancia Generale	- 1.500 Rs		4.508 Rs	550,00 €
23/04/2010	Cheetal Grand	- 1.500 Rs		3.008 Rs	550,00 €
23/04/2010	Mancia autista	- 500 Rs		2.508 Rs	550,00 €
23/04/2010	Triveni - Saldo per spostamento a Delhi		- 150,00 €	2.508 Rs	400,00 €
23/04/2010	Spese aeroporto - Pino	- 80 Rs		2.428 Rs	400,00 €
23/04/2010	Spese aeroporto - Michele	- 50 Rs		2.378 Rs	400,00 €
23/04/2010	Spese aeroporto - Mauro	- 10 Rs		2.368 Rs	400,00 €
23/04/2010	Spese aeroporto - Carla	- 30 Rs		2.338 Rs	400,00 €
23/04/2010	Spese aeroporto - Valentina	- 50 Rs		2.288 Rs	400,00 €
24/04/2010	Cambio in Euro	- 2.288 Rs		0 Rs	400,00 €
24/04/2010	Cambio in Euro		38,98 €	0 Rs	438,98 €
24/04/2010	Rimborso per Michele		- 39,91 €	0 Rs	399,07 €
24/04/2010	Rimborso per Mauro		- 39,91 €	0 Rs	359,16 €
24/04/2010	Rimborso per Ernestina		- 39,91 €	0 Rs	319,26 €
24/04/2010	Rimborso per Giovanni		- 39,91 €	0 Rs	279,35 €
24/04/2010	Rimborso per Laura		- 39,91 €	0 Rs	239,44 €
24/04/2010	Rimborso per Pino		- 39,91 €	0 Rs	199,53 €
24/04/2010	Rimborso per Valentina		- 39,91 €	0 Rs	159,63 €
24/04/2010	Rimborso per Marina		- 39,91 €	0 Rs	119,72 €
24/04/2010	Rimborso per Carla		- 39,91 €	0 Rs	79,81 €
24/04/2010	Rimborso per Rosi		- 39,91 €	0 Rs	39,91 €
24/04/2010	Rimborso per Annamaria		- 39,91 €	0 Rs	- 0,00 €
		0 Rs	- 0,00 €		

Spese comuni (dalla tabella di sopra)	€ 354,11
Visto di ingresso in India	€ 65,00
Assicurazione sanitaria	€ 25,00
Voli aerei	€ 507,97
<b>Totale speso a persona</b>	<b>€ 952,08</b>

**Sostegno alla Leda Mataji School di Chandru Nariani**

Dati a Nariani (Milano)	€ 200,00
Dati a Nariani (La Spezia)	€ 200,00
Contributi personali raccolti in India	€ 210,00
Contributo personale Pia e Alberto	€ 500,00
<b>Totale</b>	<b>€ 1110,00</b>