

# Il turbante

(Tratto da sikhwiki.org)

## **Il turbante - dal punto di vista spirituale**

(Siri Singh Sahib Yogi Bhajan - "Prosperity Paths" - aprile 1998)

Con ogni strato che mettete intorno alla testa, avvolgete completamente la vostra coscienza, il vostro impegno e la vostra identità. Chiunque vi guardi capisce immediatamente con un solo sguardo che siete qualcuno con cui deve avere a che fare.

Legare un turbante e avere i capelli in testa non vi rende Sikh. Un turbante vi incorona con la vostra personale capacità di comprendere. Siete immortali davanti a un confronto diretto con la morte.

Indossare un copricapo vi consente di comandare il vostro sesto centro energetico, l'Ajna Chakra. Coprire la testa stabilizza la materia cerebrale e le 26 parti del cervello, che sono collegate al sistema neurologico e al campo elettromagnetico. Coprire la testa crea una concentrazione sul circuito funzionale degli emisferi del cervello e regola il sistema neurologico. L'intera testa deve essere coperta, non solo il chakra della corona. Il vantaggio di indossare un turbante è che quando si avvolgono i 5-7 strati di stoffa, si coprono le tempie, il che impedisce qualsiasi variazione o movimento delle diverse parti del cranio. Un turbante vi dà automaticamente un'autoregolazione a livello cranico. Potete pagare per un riassetto cranico, oppure potete legare un turbante gratis!

## **Il turbante - dal punto di vista storico**

In India e in Asia centrale, il turbante o Dastar (da "dast-e-yaar" o "la mano di Dio"), come viene chiamato in persiano, assume una connotazione totalmente diversa da quella che ha un cappello in Europa. Il turbante rappresenta la rispettabilità ed era un segno di nobiltà. Si potrebbe distinguere un aristocratico, che si tratti di un nobile Mogul o di un Rajput Indu, dal suo turbante.

Un detto persiano del tempo recitava: "La condizione sociale di una persona potrebbe essere giudicata da tre cose. Raftar, Dastar e Guftar. 'Raftar' indicava i suoi modi e il linguaggio del corpo. 'Dastar' significava letteralmente il suo abbigliamento, incluso ovviamente il suo turbante. 'Guftar' era invece il suo modo di parlare". Chi era stato oppresso

non aveva i mezzi per aspirare a mostrare abiti aristocratici, né gli sarebbero stati permessi, anche se ne avesse avuto i mezzi. I Rajput Indu erano gli unici Indu autorizzati a indossare turbanti decorati, a portare armi e ad avere i baffi e la barba.

Sempre all'epoca, solo i Rajput potevano avere Singh come secondo nome. Perfino i Guru non avevano Singh come parte integrante del loro nome, fino al Decimo Guru. Fu in questo contesto che Guru Gobind Singh, decise di ribaltare l'aristocrazia dominante facendo sì che ogni Sikh portasse una spada, prendesse il nome "Singh" e mostrasse kesh (capelli) e turbante in modo deciso, senza alcuna paura e, quindi, si sentisse alla pari con i regnanti. Nei documenti storici dell'epoca, Guruji esorta i Sikh a venire da lui con almeno cinque armi a vista sul proprio corpo e a portare cavalli, che sono elementi che ci si aspetterebbe da un guerriero aristocratico, non da contadini comuni e dall'umile popolazione di casta bassa.

In questo scenario, il turbante viene visto come la celebrazione di quell'innalzamento psicologico e storico di esseri umani umili che hanno offerto senza paura la loro mente e la loro anima a "Waheguru", l'Eterno Essere, e hanno sfilato come Sua "casta nobiliare".

### ***Il turbante - dal punto di vista fisiologico***

Fisiologicamente, la maggior parte dell'energia del corpo, sotto forma di calore, fuoriesce attraverso la testa. Ecco perché in tutto il mondo madri e mogli dicono sempre ai loro mariti e figli di indossare il cappello nei giorni freddi. D'altro canto, un copricapo, che si tratti di un turbante, di un cappello o di un elmetto protettivo, protegge la testa dal colpo di calore sotto il sole caldo e dal rischio di cancro della pelle provocato dalla stessa energia che dona il sole, nelle giornate calde. Da ciò deriva il vecchio detto britannico "Solo cani pazzi e inglesi se ne stanno sotto il sole a mezzogiorno" (Noel Coward).

Il centro superiore della testa, che è il chakra della corona, è un punto focale di energia. Quando siamo alla presenza del Guru, il Guru ci sta dando energia (il sole è fonte di vitamina D, un elemento davvero essenziale per la salute). Anche la vista del sole è una fonte di Cherdi Kala (*lo Spirito che si eleva*), poiché la sua assenza prolungata anche nel nord del Punjab e nel Jammu-Kashmir in inverno causa molti stati depressive, una condizione che è persino riconosciuta dal punto di vista medico come "disturbo affettivo stagionale" - SAD.

I Sikh sostengono che l'energia del Sole di "Vahiguru" ("Waheguru") sia sacra e che debba essere mantenuta, che l'energia del Guru vive in noi e che questo ci dà l'esperienza viva del Guru. Per aiutare a trattenere tale energia ci copriamo la testa. Questo è anche il motivo per cui non ci tagliamo i capelli. I capelli attingono energia dal sole e funzionano da antenna per l'ambiente, donandoci una maggiore sensibilità e un migliore intuito. Quando ci leghiamo i capelli sopra la testa e li copriamo con un turbante, quell'energia si concentra, donandoci il potere di una proiezione penetrante. [...]

*\* Chi vuole approfondire l'argomento può leggere l'articolo "Sulla testa... un mondo da scoprire", scaricabile da questo link -> [www.yogajap.com/download/articoli/Turbante.pdf](http://www.yogajap.com/download/articoli/Turbante.pdf)*

*\*\* A partire dalla pagina [www.sikhnet.com/pages/tyingturbans](http://www.sikhnet.com/pages/tyingturbans) è possibile osservare diversi video su come legare e indossare vari tipi di turbante (oltre a trovare altri articoli in lingua inglese).*

*Traduzione e adattamento in italiano a cura di Sujan Singh e Nimrita Kaur*