

# La scienza del Naad e il Gurbani

*Come spiegato da Siri Singh Sahib Bhai Sahib Harbhajan Singh Khalsa Yogiji  
(tratto da sikhnet.com)*

“Naad” significa “l’essenza di tutti i suoni”.

Tutte le lingue contengono suoni che collegano a uno o più dei cinque elementi, aria, fuoco, acqua, terra ed etere. Il Gurbani è una perfetta combinazione e modificazione dei suoni relativi a tutti e cinque gli elementi in un completo equilibrio. Quando Guru Arjun Dev, il quinto Guru Nanak, compilò il Siri Guru Granth Sahib, nel 1604, egli vi inserì solo quei Bani che erano nel “Naad”. Queste composizioni sono chiamate “Gurbani”.

Ci sono 84 punti meridiani nella parte superiore del palato nella bocca di un essere umano. È possibile sentire questa parte alta del palato con la lingua e sperimentare le sue diverse superfici. Ci sono due file di punti meridiani sulla parte superiore del palato e sulle gengive dietro i denti dell’arcata superiore. La lingua stimola questi punti meridiani e questi vanno a stimolare l’ipotalamo che a sua volta stimola le secrezioni della ghiandola pineale. Quando la ghiandola pineale è attiva, si crea una stimolazione della ghiandola pituitaria. Quando la ghiandola pituitaria è stimolata, l’intero sistema ghiandolare è attivo e l’essere umano ottiene la beatitudine.

Questa è scienza.

Il Gurbani è la combinazione tra la lingua e i punti meridiani. Quando si legge e si recita il Gurbani si stimola l’ipotalamo.

È totalmente diversa da ogni altra Scrittura perché il Gurbani è stato creato in maniera scientifica.

Ci sono due Bani: “Achee Bani” è quello che non corrisponde al “Naad”. Non è un suono bilanciato corrente. “Pakee Bani” è quello che corrisponde al “Naad” ed è bilanciato.

Chi conosce il “Naad” conosce l’Aad, la “Creatività Primaria”.

Chi conosce l’Aad è “Parmayshwaar”, il Supremo Dio.

L'intera lingua del Gurbani ha il potere di rendere una persona divina, solo con la sua recitazione, se fatta correttamente. Non bisogna essere preoccupati del significato per cambiare in consapevolezza. Il Bani deve essere compreso dal cuore, non dalla testa.

Non c'è potere nella testa, esso è nel cuore. La testa è per Dio, il cuore è per voi.

Per questa ragione Guru Gobind Singh chiese la testa\* e non il cuore. Per chiunque viva con la testa a Dio e il cuore a sé, quella preghiera è completa.

L'intero Siri Guru Granth Sahib è chiamato l'Amato. Esso è nel Naad. La Torah la Bibbia e i Veda non sono nel Naad perché nessuno di loro sentì così tanto intensamente il dolore della separazione tra Dio e l'amato.

*Traduzione e adattamento in italiano  
a cura di Susan Grace e Sujan Singh*

\* Nel giorno del Baisakhi (14 aprile 1699) Guru Gobind Singh uscì dalla sua tenda e chiese se c'era uno tra i suoi Sikh che fosse disposto a dare la sua testa per trovare la fede. Si avvicinò un uomo ed entrò nella tenda. Il Guru uscì poco dopo con la spada sporca di sangue e ripeté la domanda. Per cinque volte il Guru chiese la testa di un suo discepolo, poi uscì con i cinque uomini e disse: "Una grande speranza si è realizzata; con il loro aiuto getterò le nuove basi del Sikhismo. Loro sono i miei cinque prediletti (i Panj Pyare: Bhai Daya Singh - Bhai Dharam Singh - Bhai Himmat Singh - Bhai Mokham Singh - Bhai Sahib Singh). Chi fra voi vuole diventare un Khalsa (puro) sarà battezzato e seguirà delle regole".  
(tratto da "Così parlò il decimo Guru – di Puran Kaur)