

# Il Nome Spirituale

Spesso, una delle prime domande che gli insegnanti e gli altri praticanti si sentono fare da chi si è avvicinato da poco alla pratica è perché hanno “due nomi” e da dove proviene quest’altro nome che utilizzano correntemente.

Chiariamo subito alcune cose: non si tratta di un “nome d’arte”, non è un “pseudonimo” e, soprattutto, non è un nome che qualcuno si sceglie per dare un tocco “orientale” e “mistico” alla propria figura di insegnante o di praticante!

Ma... **Cos’è quindi il Nome Spirituale?**

*“Nam significa nome. Un nome è il nome di una persona, di un luogo o di una cosa. Quindi ‘Sat Nam’ significa ‘La Verità è la mia Identità’. Quello è il mio Nam. Quello è il mio nome. Quando qualcuno chiede un nome spirituale, quel nome descrive il destino”. (Yogi Bhajan, Master’s Touch, 27 giugno 1996)*

*“Voi tutti siete qui, noi divideremo con voi ogni momento della vostra vita e vi chiederemo di comprendere la vostra incarnazione spirituale e il vostro nome spirituale e cercare di scoprire la forza per viverlo. Senza trovare quella forza per vivere la vostra identità spirituale, la vita sarà uno spreco e noi non vogliamo che vada sprecata”.*

**Un Nome Spirituale rinforza e accelera il vostro progredire nel vostro cammino verso il destino più elevato.** Scegliere di ricevere il Nome Spirituale (e usarlo) significa accettare di rinascere nella consapevolezza. Questo ha effetti positivi ogni volta che lo pronunciate, vi meditate sopra, o lo ascoltate. Oggi i nomi spirituali vengono dati da Nirinjan Kaur, Capo dello Staff, che è stata personalmente istruita da Yogi Bhajan nel suo metodo per determinarli.

Il potere della vibrazione del suono (Naad Yoga) o ciò che Yogi Bhajan chiamava “corrente sonora” ha vibrato e riecheggiato nelle nostre orecchie. Questa corrente sonora insieme al significato del nostro nome, ha rinforzato la nostra base spirituale e ci ha aiutato a vivere in modo più significativo e consapevole. **Il nostro Nome Spirituale è diventato uno strumento che quotidianamente ha toccato i nostri cuori, ha preparato in maniera efficace le nostre parole e delicatamente influenzato le nostre azioni trasformandoci e liberandoci dalle insicurezze del passato.** Nirinjan Kaur (Capo dello Staff di Yogi Bhajan)

Un Nome Spirituale rinforza e accelera il vostro progredire verso il vostro destino più alto. **Vi sfida a vivere nella più elevata coscienza e consapevolezza e vi benedice nel relazionarvi di continuo al vostro sé divino.** Yogi Bhajan era solito dire: “Noi non siamo esseri umani che cercano un’esperienza spirituale. Siamo esseri spirituali che stanno avendo un’esperienza umana”. Il vostro “nome sacro” è uno dei primi passi verso il la-

sciarsi alle spalle gli schemi passati, prendere una nuova direzione e abbracciare la vostra identità spirituale.

Durante la sua vita Yogi Bhajan ha dato centinaia di Nomi Spirituali a quegli studenti che li hanno richiesti. **“Quello che facciamo è considerare qual è il vostro passato, calcolare il vostro destino, e darvi un nome obiettivo, un nome spirituale. Questo è il viaggio che dovete intraprendere. Questo stabilisce lo standard, la base”.** (Yogi Bhajan, Master’s Touch, 24 aprile 1997)

**È stato il suo regalo ai suoi studenti.** Per molti anni Yogi Bhajan ha istruito il Capo del suo Staff, Nirinjan Kaur, nella sua tecnica di assegnazione dei Nomi Spirituali. Oggi, Nirinjan Kaur, dà i nomi spirituali con la benedizione e secondo la tecnica di Yogi Bhajan.

Yogi Bhajan ha sempre dato il nome Kaur come seconda parte di ogni Nome Spirituale dato alle donne, e il nome Singh come seconda parte di ogni Nome Spirituale dato agli uomini. Questa tradizione fu stabilita da Guru Gobind Singh, il decimo Maestro della religione Sikh. Kaur significa la Principessa di Dio e Singh significa il Leone di Dio, entrambi camminano con grazia, forza e coraggio per tutta la loro vita e hanno il potenziale per raggiungere e mantenere un elevato livello di consapevolezza. **Yogi Bhajan ha incoraggiato tutti a fare uno sforzo per manifestare questo potenziale e ha dato alle persone i Nomi Spirituali per rinforzare e incoraggiare questo potenziale.**

Ha spesso dato lo stesso nome (la prima parte) alle coppie sposate. Ha insegnato che l’obiettivo ultimo nel matrimonio è di diventare due corpi con un’anima, e ha dato alle coppie sposate lo stesso nome (la prima parte) per aiutare e incoraggiare e ispirare l’unità e l’unicità tra di loro. Era solito dire che un matrimonio spirituale è un processo di “amalgama”, nel quale l’uomo e la donna alla fine arrivano a fondersi, trattenendo tutte le loro personali forze, mentre si congratulano con l’altro, supportando l’altro e comprendo a vicenda le rispettive debolezze. Avere la stessa prima parte di nome è una tecnica per aiutare a portare avanti questo processo di amalgama.

È possibile per chiunque richiedere il proprio Nome Spirituale (non è un qualcosa riservato esclusivamente agli insegnanti di Kundalini Yoga): quando si sente questo desiderio, è possibile inviare la propria richiesta attraverso la pagina [www.spiritual-names.org/request-spiritual-name](http://www.spiritual-names.org/request-spiritual-name): altre informazioni si possono trovare a partire dalla pagina [Spiritual-Names.org](http://Spiritual-Names.org) **(generalmente - per chi pratica con noi - siamo noi a raccogliere i dati necessari e a inviare la richiesta, così da poter organizzare una meditazione per celebrare l’arrivo del Nome Spirituale insieme alla persona e, se possibile, insieme al gruppo con cui condivide la pratica).**

**“I nomi spirituali sono meravigliosi, esprimono con chiarezza il dono che ognuno ha” (Jot Tagjeet)**