

# 10 insegnamenti di Guru Nanak validi ancora oggi

(tratto da [www.sikhnet.com](http://www.sikhnet.com))

## 1. Non dimenticare il povero

Questo mantra era attuale nel XVI secolo quando non esisteva un'idea di riduzione della povertà e lo è oggi, poiché questo problema ancora non è stato risolto. Quando Nanak aveva 12 anni, suo padre gli diede 20 rupie per aprire una sua attività. Nanak comprò del cibo con quei soldi e lo regalò. Quando il padre gli chiese del suo investimento, Nanak gli disse che quello era stato un "affare vero". Oggi esiste una Gurdwara chiamata "Sacha Sauda" (Affare Vero) nel luogo nel quale Guru Nanak sfamò i poveri.

## 2. C'è un Dio

Usare la religione per separare le persone in categorie è esecrabile. Nelle parole del Guru, "Non esiste Indu né Musulmano". Nella sua visita ad Hardiwar, vide delle persone che offrivano le acque del Gange verso il sole a est, come offerta ai propri antenati nei Cieli. Lui cominciò a gettare acqua verso ovest. Quando gli altri lo schernirono, disse: "Se le acque del Gange raggiungeranno i vostri antenati nei Cieli, perché le acque che getto io non possono raggiungere i miei campi nel Punjab che sono molto meno distanti?".

## 3. Pari dignità tra donne e uomini

In tempi nei quali le altre religioni volevano donne silenziose e riservate nei templi e nessuna donna nelle moschee, lui permise alle donne di unirsi alle funzioni religiose a cantare apertamente le loro lodi a Dio.

## 4. Scappare in una foresta non darà l'illuminazione

"Ricordate l'essenza della religione / Non è mitezza e compassione / Ma una vita di bontà e purezza / Tra le tentazioni del mondo". Forse una persona poteva raggiungere l'illuminazione nelle foreste secoli fa, ma noi oggi non ne siamo capaci. Guru Nanak non richiede di fare questo. Lui credeva che vivere come un capo famiglia fosse meglio che allontanarsi per cercare una verità divina. Nanak stesso fu un contadino anche dopo aver raggiunto l'illuminazione.

## 5. Questi cinque mali stanno probabilmente rovinando la vostra vita

Ego, rabbia, avidità, attaccamento e lussuria. La maggior parte della sofferenza nella vita di chi vive nei grandi centri deriva da questi cinque mali.

## 6. Trovate il vostro Guru

Voi avete bisogno di un mentore che vi guidi per sapere come vivere in modo retto. Nelle parole di Guru Nanak, vivere in modo retto è molto più importante del visitare luoghi di pellegrinaggio.

## 7. Siate altruisti

Il Tempio d'Oro ad Amritsar (Punjab), tutti i giorni, offre cibo a oltre 100.000 persone di qualsiasi religione. Non perché ci sia un guadagno divino, ma perché è un servizio sacro. Per Nanak il concetto di servizio disinteressato era uno stile di vita.

## 8. Combattere ogni tipo di superstizione

Nanak dedicò la sua vita ad attaccare i rituali formali, il sistema delle caste e le pratiche che non avevano alcun senso. Questo è il modo più semplice attraverso il quale è possibile trovare lo scopo della propria vita – eliminando l'acozzaglia di precetti che la società impone alle persone.

## 9. Semplicità è bellezza

Non è difficile praticare i principi della religione Sikh. Sono solo 3. Vand Chako: condividere con gli altri – Kirat Karo: vivere in modo onesto – Naam Japa: ricordare Dio costantemente.

## 10. Viaggiare

C'è molto da guadagnare dai propri viaggi. In tempi nei quali nessun capo religioso si avventurava al di fuori dei propri villaggi, Nanak arrivò a piedi, sì, a piedi, in Iraq, Ladakh, Tibet e Arabia Saudita (ed esistono tracce di un suo passaggio anche in Europa e in Italia)!

*Traduzione e adattamento in italiano a cura di Sujjan Singh.*