



*Everyday  
Excellence*

*The Art of Success*

Sadhana Singh

**Il rapporto di Sadhana Singh con gli Insegnamenti si riflette in due importanti incontri con Yogi Bhajan, come descritto nel libro "Everyday Excellence: The Art of Success" scritto da Sadhana Singh.**

*"Essere ai piedi del Maestro è come essere nudi di fronte alla propria coscienza. La sua presenza è uno specchio che riflette accuratamente la distanza tra te e chi potresti essere e che ti mostra chiaramente come resisti a essere te stesso. Come ho elencato tutte le mie difficoltà, sfide, attriti nelle relazioni e complicazioni sul lavoro, il mio disagio cresceva sempre di più, perché diventavo sempre più consapevole che il mio discorso era infondato. Esprimendo le mie lamentele ad alta voce, potevo ottenere la simpatia e le condoglianze di chiunque, anche il mio, ma non il suo.*

*Fino ad allora, tutti quelli con cui avevo scelto di parlare avevano una precisa debolezza nella loro psiche che era ricettiva alla mia frequenza, e avrebbero sempre appoggiato le mie argomentazioni e comportamenti per giustificare i propri. Dopo tutto, un problema condiviso è un problema dimezzato. Fino ad allora avevo sempre "vinto", ma questa volta mi ero intrappolato. Per svegliarmi dal sogno, avevo scelto il pubblico.*

IL

Master

COME

Mio

*A Master evidenzia tutte le tue assurdità e ti riporta alla realtà."*

...Cinque anni dopo...

*"Non mi restava che tornare di nuovo, recidiva, alla presenza del mio Maestro, lasciarmi sbattere in faccia la verità, sentirmi dire ciò che già sapevo e, soprattutto, chiedergli un po' d'amore, qualcosa che sentivo di mancare perché pensavo si potesse trovare solo all'esterno. E, a giudicare dalla fame del mio ego, non avrei mai abbastanza amore per saziarmi... Ho trascorso un mese negli Stati Uniti e ho partecipato a tutti i seminari di Yogi Bhajan. Tuttavia, ogni mio tentativo di incontrarlo di persona, al suo arrivo, durante le pause o prima che lasciasse il locale, non ha dato risultati... Un giorno di ottobre, il mio compagno mi ha detto che avevo ricevuto una lettera. Mi sono reso conto che il mio cuore si era sentito come se fosse stato in trincea, in attesa di una lettera dalla sua amata, a mille miglia di distanza. Ho chiesto se provenisse da Yogi Bhajan. Lei annuì... Il mio cuore si sentiva pieno, ma ero contenuta mentre mi sedevo a leggere. Dopo le prime tre parole, "Ti amo", non riuscivo più a trattenermi e, insieme alla gioia, ho rilasciato tutto ciò che avevo dentro di me: il dolore fisico, lo stress degli ultimi anni trascorsi nel dubbio, il dolore di mio padre morto quattro mesi prima. Il mio Maestro aveva aspettato il momento esatto in cui ero fuori dalla crisi, il momento in cui avrei potuto trovare in me stesso la capacità di trascendere e prendere la decisione di andare avanti. Sarebbe stato molto più facile per lui provocarmi durante la mia crisi, piuttosto che gestirmi lasciandomi andare".*