

Philip Deslippe

DAL MAHARAJ AL MAHAN TANTRICO

La costruzione del Kundalini Yoga di Yogi Bhajan

Questo articolo descrive in dettaglio le influenze che stanno alla base della costruzione del Kundalini Yoga come introdotto, insegnato e promosso in Occidente da Yogi Bhajan (1929–2004), e lo fa scavando nella storia perduta dei primi anni della sua pratica, utilizzando fonti precedentemente trascurate, come la sua documentazione in testi rari e alcune interviste fatte ai primi studenti e associati. Al contrario della versione ufficiale del Kundalini Yoga, che lo descrive come una tradizione antica e segreta prima che Yogi Bhajan iniziasse ad insegnarlo apertamente, questo articolo sostiene che si sia trattato di un collage creato da Yogi Bhajan stesso assemblando materiali derivati da due figure principali: un insegnante di hatha yoga chiamato Swami Dharendra Brahmachari (1924–1994) e il sikh Sant Maharaj Virsa Singh (1934–2007). Lo scopo di questo articolo è fornire prove chiare in merito a cos'è e in che cosa consiste il Kundalini Yoga di Yogi Bhajan, definendo il contesto storico e culturale in cui è stato da lui sviluppato e presentato, e infine offrire possibili conclusioni che potrebbero essere tratte da questa comprensione aggiornata.¹

Introduzione

Il 6 ottobre 2004, l'uomo nato come Harbhajan Singh Puri e popolarmente conosciuto come Yogi Bhajan è morto a causa di complicanze per insufficienza cardiaca nella sua casa a Espanola, nel New Mexico. Il necrologio uscito qualche giorno dopo sul «New York Times» lo ha definito il «Boss dei Mondi Spirituale e Capitalistico», un titolo appropriato per una persona che, nel corso di tre decenni e mezzo, aveva costruito numerose grandi imprese, contato politici e dignitari come amici intimi, ed era visto come leader spirituale.

Al di là delle varie dimensioni e delle molte sfaccettature, le fondamenta dell'eredità e dell'impero di Yogi Bhajan sono assolutamente riconducibili alla pratica del Kundalini Yoga. Ovunque si trovassero i suoi studenti, che fossero semplicemente sikh, o impiegati in aziende, o guaritori, insegnanti di yoga, praticanti di yoga o fossero una combinazione di queste parti, di fatto ogni singola persona veniva introdotta a Yogi Bhajan e alla sua Healthy, Happy, Holy Organization (3HO) attraverso la pratica del Kundalini Yoga.

Presentata come una pratica che prima di allora non era mai stata insegnata pubblicamente, diversa dalle altre forme di hatha yoga comunemente insegnate, il Kundalini Yoga di Yogi Bhajan si presentava come una combinazione vigorosa e intensa di posture o asana, movimenti ritmici, ripetizioni e canti di mantra, meditazione e potenti esercizi di respirazione o pranayama. Nell'ambito di una tradizione yogica antica, sacra e fino ad allora segreta, che rivendicava in modo inequivocabile legami con il sikhismo e i suoi dieci Guru umani, il Kundalini Yoga offriva ai suoi praticanti esperienze energeticamente potenti e uno stile di vita che andava ben oltre lo yoga stesso e la meditazione, per

arrivare a includervi tutto: da come mangiare e dormire a come vestirsi e come vivere le relazioni.^{2,3} Se è difficile concepire l'eredità di Yogi Bhajan senza il Kundalini Yoga, è altrettanto facile, invece, vedere quanti dei suoi praticanti lo hanno posto al centro della loro vita.

Alcuni mesi dopo che i giornali e le agenzie di stampa avevano diffuso i loro necrologi di Yogi Bhajan, «Aquarian Times», la rivista ufficiale della 3HO, diffuse un proprio necrologio pubblicando un numero speciale della rivista per onorare la sua guida spirituale. Incastonato tra ricordi personali, racconti dei primi anni della 3HO e dozzine di vecchie fotografie, c'era un articolo scritto da Shanti Kaur Khalsa, una delle prime studentesse di Yogi Bhajan, intitolato *L'Insegnante del mio Insegnante* (Khalsa 2005). Componendo una narrazione fluida tratta da frammenti delle lezioni di Yogi Bhajan che erano state raccontate e trasmesse dai suoi studenti per decenni, il pezzo di Shanti Kaur raccontava della formazione di Yogi Bhajan in Kundalini Yoga con il suo insegnante Sant Hazara Singh. Mentre era ancora solo un ragazzino, il privilegiato e vivace Yogi Bhajan sarebbe stato mandato a studiare presso un insegnante, un *sant* e mistico sikh che aveva imparato a memoria le 1430 pagine del *Siri Guru Granth Sahib* ed era maestro di Gatka (l'arte marziale dei sikh), di Tantra Yoga Bianco, e di Kundalini Yoga. Sant Hazara Singh credeva fermamente nella disciplina e veniva descritto come brutalmente esigente, sottoponendo spesso il suo giovane studente a prove impegnative e a una formazione nello yoga, utile a modellarne il carattere. All'età di 16 anni, e poco prima che la Partizione spezzasse l'unità dell'India, Sant Hazara Singh dichiarò Yogi Bhajan maestro di Kundalini Yoga, pose fine al suo ruolo di insegnante, e gli disse che loro due non si sarebbero dovuti rivedere mai più.

Per gli studenti di Yogi Bhajan, la storia di Sant Hazara Singh è sempre stata più di una semplice genealogia o discendenza. Yogi Bhajan, infatti, insegnava che nel Kundalini Yoga esiste un legame che, fin dall'antichità, passa e si estende da insegnante a studente e costituisce la "Catena d'Oro". Ogni volta che viene praticato il Kundalini Yoga, sia privatamente che in una classe pubblica, il mantra *Ong Namō Guru Dev Namō* viene intonato tre volte proprio per "sintonizzarsi" su questa Catena d'Oro e per essere guidati e protetti da essa (Khalsa 1996, 14). Sant Hazara Singh, in questo modo, risulta essere l'unica persona concreta presentata come precedente a Yogi Bhajan nella stirpe del Kundalini Yoga. L'idea della Catena d'Oro contribuisce anche a rafforzare la convinzione accettata nella 3HO che il Kundalini Yoga sia una pratica antica che è stata mantenuta segreta per secoli, fino a quando Yogi Bhajan non l'ha insegnata apertamente in Occidente. La segretezza spiega perché nulla prima di Yogi Bhajan sembri menzionare i dettagli specifici della pratica del Kundalini Yoga nello stesso contesto, mentre la Catena d'Oro che unisce maestri e studenti spiega come una tale pratica possa essere stata tramandata e mantenuta intatta fino alla fine degli anni Sessanta.

Ma se la Catena d'Oro del Kundalini Yoga, anziché essere invocata, viene analizzata e studiata, essa si disfa completamente. I primi due anni della 3HO raccontano una storia che poi viene tenuta nascosta e ampiamente rimaneggiata che è in netto contrasto con la versione comunemente divulgata e accettata di ciò che è il Kundalini Yoga di Yogi Bhajan e delle sue origini. Il viaggio di tre mesi in India che Yogi Bhajan fece con ottantaquattro studenti nel dicembre del 1970 può essere visto come il perno drammatico che segna un confine, pone fine all'iniziale modo d'intendere il Kundalini Yoga di Yogi Bhajan e viene a dare vita alla nuova mitologia attuale, così come è comunemente conosciuta. Al posto

di un unico lignaggio inalterato, ci si trova di fronte a una progressione di insegnanti dimenticati e abbandonati, figure inventate e introdotte in un processo di narrazione e mitizzazione che nasce dal contesto culturale, dagli eventi temporali e dalle necessità dettate dal momento.

Il Sant e lo Swami

Quando Yogi Bhajan iniziò a insegnare il suo Kundalini Yoga a Los Angeles, non menzionò Sant Hazara Singh come suo insegnante e guida, ma usava rimandare, invece, a un *sant* sikh chiamato Virsa Singh. Nato nell'attuale Pakistan circa otto anni dopo Yogi Bhajan, Virsa Singh si era trasferito con la famiglia nella parte del Punjab controllata dagli indiani durante la Partizione del 1947. Poco dopo il trasferimento, all'età di dieci anni, il giovane Virsa Singh divenne silenzioso e introverso, distaccandosi dalla vita mondana e praticando la meditazione per dodici ore al giorno. Ebbe poi una visione di Baba Siri Chand, figlio di Guru Nanak, che gli apparve in forma fisica. Baba Siri Chand diede istruzioni al giovane Virsa Singh di ripetere il *Naam* di *Ek Onkar Sat Nam Siri Wahe Guru*. In seguito, anche Guru Nanak e Guru Gobind Singh apparvero a Virsa Singh (Fisher 1992, cap. 20). Virsa Singh divenne quindi un *sant* itinerante e attraverso di lui avvennero miracoli e guarigioni. Man mano che la fama del suo potere spirituale si andava diffondendo, iniziò ad essere chiamato "Maharaj". Verso la fine degli anni Sessanta, Maharaj Virsa Singh viveva a Nuova Delhi, all'indirizzo Teen Murti Street 9, in una casa donatagli dalla sua studentessa Nirlep Kaur, membro del parlamento indiano. Nel 1968, iniziò la costruzione, alla periferia della città, di una fattoria e centro spirituale che sarebbe divenuto noto come Gobind Sadan, ispirato sui modelli di Guru Nanak e Guru Gobind Singh, con al centro il Siri Guru Granth Sahib.

In quel tempo, Yogi Bhajan viveva a Nuova Delhi, ma era stata sua moglie, Inderjit Kaur Uppal, popolarmente conosciuta oggi come Bibiji, a essere per prima devota di Maharaj Virsa Singh. Maharaj Virsa Singh stesso ha raccontato a un suo studente come Bibiji avrebbe portato mattoni e terra sulla testa per aiutare i lavori a Gobind Sadan e, prima che fossero costruiti degli edifici, avrebbe dormito per terra dopo aver servito lì tutto il giorno.⁴ Fu Bibiji a dire a Yogi Bhajan di andare da Maharaj Virsa Singh per ricevere il suo *darshan* (Khalsa 1970b, 2). Col tempo, Yogi Bhajan stesso avrebbe portato altri da Maharaj Virsa Singh, incluso il Maggiore Sahib, l'uomo che ha dato il nome a Gobind Sadan (Singh 2010). Durante i suoi primi anni negli Stati Uniti, Yogi Bhajan ripeteva spesso una storia su come era solito visitare Maharaj Virsa Singh dopo aver terminato la sua giornata di lavoro come ufficiale di dogana all'aeroporto Palam di Delhi. Ancora in uniforme, Yogi Bhajan puliva diligentemente i bagni di Gobind Sadan fino a quando un giorno Maharaj Virsa Singh non rimase colpito emotivamente dalla devozione del suo studente e toccò fisicamente Yogi Bhajan nel punto del terzo occhio, tra le sopracciglia, inducendo uno stato estatico e illuminante di "coscienza cosmica". Questa storia fu scritta, stampata e offerta come uno dei pochi pezzi di materiale informativo 3HO disponibile nei primi tempi a Los Angeles per studenti e ospiti.^{5,6}

Se non vi è alcuna conferma della storia di Yogi Bhajan che viene toccato sulla fronte e diventa illuminato, Maharaj Virsa Singh stesso ha dichiarato di aver dato a Yogi Bhajan il *Naam* di *Ek Ong Kar*

Sat Nam Siri Wahe Guru nel 1968, cosa che Yogi Bhajan ha raccontato in una prima lezione tenuta a Los Angeles e ripetuta spesso all'interno della 3HO (Yogi Bhajan 1969; Anonymous 1970a). Secondo i devoti di Maharaj Virsa Singh, il *Naam* di *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru* può essere fatto risalire a Guru Gobind Singh e a un *Janamsakhi* di Bhai Ram Koer, un Sikh della Corte del Decimo Guru (Singh 2008, 115). Maharaj Virsa Singh dava i *Naam* apertamente e pubblicamente, spesso a grandi folle di persone, ma a volte li dava direttamente a singoli individui. Esternamente, il processo del dare un *Naam* è semplice: il Maestro recita il mantra *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru* allo studente in tre parti e lo studente ripete a sua volta ogni sezione al Maestro, e l'intero mantra viene ripetuto avanti e indietro in questo modo per tre volte. Interiormente, il dono del *Naam* è descritto come un'esperienza mistica estremamente profonda e potente. Bhai Himat Singh, un ex studente di Yogi Bhajan che, dopo la sua morte, ha proseguito gli studi con Maharaj Virsa Singh ha descritto l'esperienza del ricevere un *Naam* da Maharaj Virsa Singh come qualcosa che comprende una benedizione e una trasmissione di potere spirituale. Appena prima che Bhai Himat Singh ricevesse il *Naam*, Maharaj Virsa Singh gli disse: «Ti darò lo stesso *Naam* che ho dato al tuo insegnante prima che andasse in America!» (Singh 2009). La vibrazione di questo *Naam*, *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru* era al centro della pratica del Kundalini Yoga di Yogi Bhajan durante i suoi primi due anni, e questo mantra veniva costantemente ristampato su poster in cui si sosteneva che ripeterlo per due ore e mezza al giorno per quaranta giorni consecutivi avrebbe portato il praticante alla liberazione.

Yogi Bhajan ha anche affermato di essere stato mandato in Occidente da Virsa Singh e che, poco prima di partire, durante una cerimonia, ha ricevuto i sandali del suo maestro. Durante i suoi primi giorni negli Stati Uniti, come segno di profondo rispetto, Yogi Bhajan metteva questi sandali sul suo altare, e una fotografia di questi sandali era anche inclusa in un opuscolo stampato per promuovere la celebrazione del compleanno di Maharaj Virsa Singh.⁷ Warren Stagg, secondo ospite di Yogi Bhajan a Los Angeles dopo il dottor Amarjit Singh Marwah, ricorda che Yogi Bhajan era solito mettere quei sandali sul letto che gli era stato dato e coricarsi lui stesso sul pavimento per dormire.⁸ Se, ancora una volta, non vi è alcuna conferma della storia che racconta il dono dei sandali, il termine che Yogi Bhajan usava ripetutamente per descrivere Maharaj Virsa Singh era chiaro: Maestro (Yogi Bhajan 1969, Khalsa 1970a) (figura 1).



Figura 1 Maharaj Virsa Singh, in piedi nei campi appena arati di Gobind Sadan, fuori Nuova Delhi, circa 1971 (Immagine riprodotta con il permesso degli archivi del Gobind Sadan).

Oltre al termine “Maestro”, ci sono innumerevoli altre prove che documentano la relazione che Yogi Bhajan ha affermato di avere con Virsa Singh. Una fotografia scattata da Lisa Law nel 1969 al New Buffalo Commune di Arroyo Hondo, nel New Mexico, mostra chiaramente un'immagine di Virsa Singh collocata sull'altare di uno degli studenti di Yogi Bhajan, sopra una fotografia di Yogi Bhajan e sotto un poster del Mantra Codice *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru*.⁹ L'ashram 3HO a Tucson, in Arizona, fu chiamato ‘Maharaj Virsa Singh Ashram’ in onore dell'insegnante di Yogi Bhajan.¹⁰ Uno dei primi insegnanti formati da Yogi Bhajan durante quel periodo, ‘Baba’ Don Conreaux, sosteneva che, aiutando la rapida espansione della 3HO nei suoi primissimi anni, stava contribuendo a realizzare “l'Ordine Sacro” (*Hukam*) che gli era stato dato da Yogi Bhajan, il quale a sua volta lo aveva ricevuto da Maharaj Ji, di formare 108 insegnanti per aprire 108 Ashram’ (Khalsa 1970c, 11). Il compleanno di Maharaj Virsa Singh veniva celebrato dagli studenti di Yogi Bhajan nel febbraio del 1970 come una festività, con

una settimana di vibrazione ininterrotta del *Naam*, con turni di due ore e mezza fino al compimento del giorno stesso (Khalsa 1970a, 2).

Mentre vibrare il *Naam* di *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru* era essenziale per gli studenti del Kundalini Yoga di Yogi Bhajan, gli elementi fisici della pratica non provenivano da Maharaj Virsa Singh, ma piuttosto da uno yogi indù di nome Swami Dhirendra Brahmachari, di cinque anni più vecchio di Yogi Bhajan. Quando ancora solo un adolescente, Dhirendra conobbe il suo guru, Maharishi Kartikeya, nel Bihar e iniziò a studiare yoga e materie correlate sotto la guida di lui (Brahmachari 1973, xii). All'età di quarant'anni, Swami Dhirendra Brahmachari era un insegnante a sé stante, con il suo Vishwayatan Yogashram a Nuova Delhi. Oltre al crescente successo, poteva contare Jawaharlal Nehru e sua figlia Indira Gandhi tra i suoi studenti. Fu in questo centro, all'inizio degli anni Sessanta, che Yogi Bhajan iniziò a studiare con Swami Dhirendra Brahmachari. L'ex direttore dell'ashram, la signora Vanmala Vachani, descrisse Yogi Bhajan come un frequente visitatore delle lezioni di Dhirendra, ma non uno studente devoto o un accolito.¹¹

Mentre Swami Dhirendra Brahmachari era visto come un insegnante di hatha yoga, l'essenza del suo insegnamento era il *Sūksma Vyāyāma*, descritto come «una pratica sottile che mira a pulire i sistemi nervoso, delle *nadi* e ghiandolare al fine di raggiungere una maggiore consapevolezza nel corpo». ¹² È all'interno del *Sūksma Vyāyāma* e dei singolari insegnamenti di Swami Dhirendra che si trovano le caratteristiche fisiche che definiscono il Kundalini Yoga di Yogi Bhajan.¹³ La più significativa delle numerose somiglianze tra i due metodi è quella che comporta l'uso del respiro diaframmatico rapido attraverso il naso, noto come *Bhastrikā Prānāyāma* (ribattezzato come *Respiro di Fuoco* da Yogi Bhajan), mentre si tengono le posizioni fisiche, l'uso frequente della postura *Uttānapādāsana*, dove i glutei poggiano sul pavimento e la testa e i piedi sono sollevati da terra (ribattezzato da Yogi Bhajan *Stretch Pose*), il mantenimento di posture per lunghi periodi di tempo, che Dhirendra insegnava per «entrare in uno stato di trance e meditazione», e la ritenzione del respiro con l'applicazione di contrazioni corporee interne note come *bandha* al termine di un esercizio o di un *asana* (figura 2).¹⁴

Il *Sūksma Vyāyāma* di Dhirendra fu anche la fonte di molti degli insoliti e numerosi esercizi ritmici e callistenici che includono l'andare "avanti e indietro" che Yogi Bhajan insegnò come Kundalini Yoga, tra cui girare la testa a sinistra e a destra, ruotare la testa e il collo in cerchio, distendere le braccia davanti al corpo con movimenti scattanti come per sferrare pugni, ruotare le braccia in cerchi verso avanti e verso dietro, stare in piedi e allungare le braccia su e indietro mentre si distende il corpo all'indietro sull'inspirazione (ribattezzato *Miracle Bend* da Yogi Bhajan), alternare calci sui glutei con i talloni per stimolare l'energia della kundalini, e gli *squat* con le braccia distese direttamente davanti al corpo (ribattezzato da Yogi Bhajan come *Crow Squat*).¹⁵

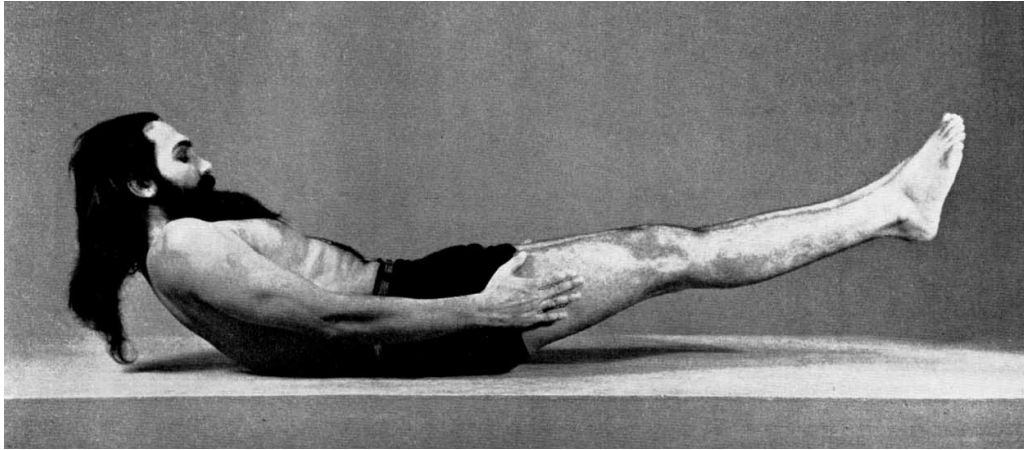


Figura 2 L'insegnante di Yogi Bhajan, Swami Dharendra Brahmachari, mostra la posizione di *Uttānpādāsana* nella metà degli anni '60 (Immagine dalla tavola 59 dell'edizione del 1970 di *Yogāsana Vijñāna: The Science of Yoga*).

L'influenza di Swami Dharendra Brahmachari non fu solo assorbita durante il periodo di Yogi Bhajan nell'Ashram di Vishwayatan, ma anche presa letteralmente dai libri. I due titoli in lingua inglese degli insegnamenti di Swami Dharendra furono inclusi nella bibliografia di un libro di fotografie e poesie del 2003 dedicato alla pratica e presunta competenza di Yogi Bhajan nell'hatha yoga alla fine degli anni Sessanta (Khalsa 2003, 204). Nel 1975, la rivista della 3HO «K.R.I. Journal of Science & Consciousness» pubblicò un numero speciale dedicato al Solstizio d'estate, che sarebbe poi stato ristampato come manuale intitolato *Kundalini Yoga for Intermediate Practitioners*. Entrambe le stampe includevano una sezione scritta da Gurucharan Singh Khalsa, studente di Yogi Bhajan e direttore del Kundalini Research Institute, intitolata *Il Punto dell'Ombelico* che era una rielaborazione grezza e non accreditata del capitolo *Nabhi Cakra* del precedente lavoro di Dharendra, *Yogic Sūksma Vyāyāma*. Le pubblicazioni della 3HO includevano una sequenza in quattro parti chiamata *Navel Adjustment Kriya* (Kriya di aggiustamento dell'ombelico) che era presumibilmente offerta come esercizio di Kundalini Yoga, ma che era stata presa direttamente, e nella stessa sequenza, dagli esercizi di *Self-Treatment of the Navel* (Auto-cura dell'ombelico) in quattro fasi di Dharendra.¹⁶

La costruzione del Kundalini Yoga

Se messo a confronto con gli insegnamenti di Swami Dharendra Brahmachari e Maharaj Virsa Singh, diventa sorprendentemente evidente che, almeno nei suoi primi anni, il Kundalini Yoga di Yogi Bhajan non era una pratica distinta, ma essenzialmente una combinazione di meccanica yogica imparata dal primo e di mantra di derivazione sikh appresi dal secondo. A volte, queste due pratiche venivano giustapposte e gli studenti di Kundalini Yoga vibravano un *Naam* immediatamente dopo gli esercizi di yoga. Queste pratiche erano anche spesso intrecciate, ed esercizi ritmici di yoga venivano coordinati con mantra quali *Sat Nam* e *Wahe Guru*, o con la vibrazione di *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wha Guru* fatta con una respirazione profonda e l'applicazione di contrazioni interne del corpo conosciute come *bandha*. Yogi Bhajan stesso ha riconosciuto questa coalescenza in una prima lezione, dicendo:

Ci sono due modi per trovare il Divino. Uno è quello di aprire il plesso solare e ricaricare i tuoi centri solari. Entrate direttamente in contatto con il Divino. L'altro metodo è quello di concentrarsi, meditare e ottenere questo suono (*Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wha Guru*) in voi, e questo carica direttamente i vostri centri solari e in questo metodo ottenete la luce divina.

Yogi Bhajan (1972, 7)

Se questo mélange veniva presentato agli studenti del suo Kundalini Yoga come una forma unica, Yogi Bhajan stava radicalmente combinando due pratiche diverse e apportando modifiche significative a ciascuna. Maharaj Virsa Singh non credeva nello yoga come percorso spirituale, e i suoi seguaci al Gobind Sadan non praticavano alcuna forma di yoga fisico. I riferimenti di Yogi Bhajan a Maharaj Virsa Singh come ispirazione da cui aveva appreso «il Nam Yoga, il Laya Yoga e il Mantra Yoga» erano retorici, e cercavano di includere Maharaj Virsa Singh all'interno del suo sistema attraverso una definizione molto ampia della parola “yoga”, parola che non fu mai usata a Gobind Sadan (Khalsa 1970b, 2).¹⁷ Similmente, l'insegnamento dello yoga e del *Sūksma Vyāyāma* di Swami Dharendra Brahmachari si poneva fermamente all'interno del contesto di *Yama* e *Niyama*, i codici di condotta derivati dal testo *Hatha Yoga Pradipika*, che prevedevano, in particolare, la totale continenza sessuale e un'interpretazione rigorosa di *Mitahara*, la dieta che vietava le “radici della trinità”, aglio, cipolla e zenzero, divieto che Yogi Bhajan contravveniva promuovendo l'uso di questi prodotti presso i suoi studenti. Nel processo di combinazione degli insegnamenti di Maharaj Virsa Singh e Swami Dharendra Brahmachari, Yogi Bhajan sapeva rendere il suo Kundalini Yoga più appetibile e attraente per il giovane pubblico degli Stati Uniti.

Mentre il Kundalini Yoga ha mescolato elementi presi sia da Maharaj Virsa Singh che da Swami Dharendra Brahmachari, ciascuna di queste due figure è stata rappresentata in modi che fanno intendere con chiarezza una costruzione consapevole e deliberata, da parte di Yogi Bhajan, di se stesso come leader e del Kundalini Yoga in quanto pratica distinta. Per i primi studenti di Yogi Bhajan, Maharaj Virsa Singh fu riconosciuto apertamente come l'insegnante di Yogi Bhajan e come punto di riferimento potente e mitizzato per la loro pratica. Molti studenti della prima ora, in via totalmente autonoma, ovvero senza nulla sapere uno dell'altro, confermano l'affermazione secondo cui i primi anni della 3HO erano «tutti incentrati su Virsa Singh». ¹⁸ All'opposto, gli stessi studenti affermano di avere saputo poco di Swami Dharendra Brahmachari, e di avere sentito parlare di lui al massimo come associato di Yogi Bhajan o come capo di un centro yoga dove Yogi Bhajan aveva insegnato, o di non averne sentito parlare affatto. Per il pubblico esterno, era esattamente il contrario. La connessione di Yogi Bhajan con Maharaj Virsa Singh non venne mai menzionata alla stampa o al pubblico, mentre egli stesso si presentava costantemente con le credenziali professionali di persona facente parte della “Casa dello Yoga di Vishwayatan Ashram” di Swami Dharendra, sottolineando i nomi dei due allievi più famosi: Indira Gandhi e Jawaharlal Nehru.

Le ragioni per rivendicare pubblicamente Swami Dharendra Brahmachari e privatamente Maharaj Virsa Singh hanno senso se riferite al contesto del tempo. Le credenziali rispettabili e

professionali del primo facevano sembrare Yogi Bhajan più serio e degno di nota per i lettori di giornali e il pubblico in generale. Per i suoi giovani studenti, la maggior parte dei quali ben conosceva il folclore di Carlos Castaneda, l'«Autobiografia di uno Yogi» di Paramahansa Yogananda e le storie dei maestri Zen, un insegnante che fosse studente di un grande insegnante poteva rivendicare una conoscenza e un potere spirituale maggiori di quelli di un insegnante “orfano” o “auto-realizzato”, senza un pedigree che indicasse un lignaggio da lungo tempo consolidato. Paradossalmente, Yogi Bhajan sarebbe sembrato più importante come studente di un grande maestro che come capo di una pratica a sé stante e di recente costruzione.

Ma il lignaggio era un'arma a doppio taglio. La maggior parte degli insegnanti spirituali giunti negli Stati Uniti dall'Oriente alla fine degli anni Sessanta aveva ricevuto quello *status* dopo la morte del proprio insegnante e, per dirla in maniera facile, riparandosi dietro le lodi dei loro predecessori, non correvano rischi per quel che stavano costruendo in Occidente. Come attestato dagli studenti di Baba Ram Das che andarono in India per trovare il suo insegnante, Neem Karoli Baba, o dai lettori delle opere di Carlos Castaneda, che si avventurarono nel deserto messicano per trovare Don Juan, la sua presunta e inafferrabile guida *yaqui*, l'insegnante vivente di un insegnante, che fosse anche solo lontanamente accessibile, per quest'ultimo poteva rivelarsi un legittimo rivale. Yogi Bhajan si trovava nella posizione scomoda di avere non uno, ma due dei suoi insegnanti vivi, sani e accessibili ai suoi studenti. Inoltre, c'erano disconnessioni serie tra ciò che insegnava ai suoi studenti e ciò che insegnavano i suoi presunti insegnanti. Questo fatto, all'interno della rapida espansione dei primi due anni di Yogi Bhajan come insegnante in Occidente, venne a generare una crescente tensione e, sulla scia di un catastrofico e movimentato viaggio di tre mesi in India, che Yogi Bhajan intraprese con i suoi studenti tra la fine del 1970 e l'inizio del 1971, favorì un cambiamento radicale nel modo in cui egli si diede a presentare se stesso al mondo e nel modo in cui i suoi studenti iniziarono a vederlo.

L'ascesa del Kundalini Yoga e il viaggio in India del 1970-1971

Alla fine degli anni Sessanta ci fu un incredibile *boom* di insegnanti spirituali orientali in Occidente. Per qualcuno come Yogi Bhajan, carismatico, fisicamente imponente e che offriva i segreti della mitica e pericolosa energia della kundalini, Los Angeles nel 1969 era il posto giusto al momento giusto. Mentre i piani iniziali di Yogi Bhajan in America prevedevano la vendita di articoli agli hippy, come parte di un'attività di import/export (adatta a un funzionario doganale), fece rapidamente diventare lo yoga la sua attività.¹⁹ Sembrava che tra gli hippy non ci fossero limiti alla sua crescita come insegnante a sé stante e, con uno schema quasi simile al franchising, Yogi Bhajan iniziò a offrire un programma di formazione insegnanti accelerato, della durata di poche settimane, e a spedire rapidamente i suoi insegnanti ancora nuovi di zecca in tutto il paese per aprire ashram-satellite della 3HO. In breve tempo, nelle città principali e in quelle universitarie, il numero degli insegnanti di Kundalini Yoga registrò una forte crescita.

In questa atmosfera di possibilità apparentemente illimitate per un maestro di yoga, la percezione che Yogi Bhajan aveva di sé stesso e del suo ruolo di insegnante iniziò a cambiare

rapidamente. Nel corso del 1970, Yogi Bhajan iniziò a modificare le sue precedenti affermazioni e prendere le distanze da Maharaj Virsa Singh in tre modi principali: Maharaj Virsa Singh, la riverenza verso il quale andò calando, diventava solamente l'insegnante più importante all'interno di un elenco in costante espansione degli insegnanti che Yogi Bhajan rivendicava come propri; la figura di Guru Ram Das, il quarto Guru sikh, venne introdotta come "Guru personale" di Yogi Bhajan; Yogi Bhajan stesso fu sempre più inserito nel ruolo un tempo riservato a Maharaj Virsa Singh, spesso con gli stessi termini.

Nel luglio del 1970, «Beads of Truth» pubblicò un articolo di una pagina intitolato *Chi è Yogi Bhajan?*, un servizio a metà tra biografia e curriculum vitae che presentava un lungo elenco degli insegnanti da cui Yogi Bhajan aveva appreso. Questo articolo, a distanza di quasi un anno e mezzo da che Yogi Bhajan aveva iniziato a insegnare Kundalini Yoga negli Stati Uniti, sembra contenere la prima menzione scritta della figura di Sant Hazara Singh, che in due brevi righe è citato come insegnante di «Kundalini Yoga e vari altri yoga». L'elenco includeva anche Bhai Fatha Singh, il nonno di Yogi Bhajan, e Sant Ranjit Singh, che insegnava «spiritualità universale» e religioni comparate, Swami Devmurti, dal cui insegnamento Yogi Bhajan avrebbe ottenuto la «padronanza di Hatha Yoga e Raja Yoga», Acharya Narinder Dev della scuola Yoga Smitri a New Delhi, maestro per quel che riguarda Hatha Yoga e «l'importanza e l'equilibrio del sistema nervoso», lo Sivananda Ashram di Rishikesh, dove si dice che Yogi Bhajan «è stato in grado di bere in profondità e riempire la sua mente e il suo cuore con il Sanatana Dharma», e Swami Dharendra Brahmachari che insegnava "Yoga Therapy" e presso il cui ashram Yogi Bhajan dichiarava di essere «Professore Senior di Yoga».²⁰

Il resoconto offerto inizialmente da Yogi Bhajan riguardo il lavare i bagni per Maharaj Virsa Singh fu cambiato con la notizia di lui che, «finito il suo dovere in aeroporto» andava «direttamente al famoso Tempio d'oro di Amritsar dove sua moglie gli portava il cibo e dove, con i bambini, si univa a lui per la cena, prima di iniziare la routine quotidiana di lavaggio del pavimento del tempio» (Khalsa 1970b).²¹ Se Maharaj Virsa Singh veniva ancora venerato come "Maestro", veniva ora visto più come una pietra miliare nella vita di Yogi Bhajan tutta dedicata alla ricerca spirituale, un processo di ricerca che, curiosamente, ora elencava la maestria del Kundalini Yoga come punto centrale.

Nella primavera del 1970 iniziarono a essere vendute fotografie di Yogi Bhajan, vestito di bianco, seduto in loto completo con le palme delle mani unite al centro del petto, mentre fissava profondamente l'obiettivo della fotocamera (3HO 1970).²² Circa nello stesso periodo, un entusiasta studente di Kundalini Yoga incoraggiava il lettore di «Beads of Truth» con queste parole: «medita sulla foto del tuo Guru, vedi attraverso i suoi occhi», e un altro studente, che insegnava Kundalini Yoga a Memphis, ricorda di essere stato invitato a inchinarsi davanti alla foto di Yogi Bhajan e chiedergli sostegno prima di insegnare ogni classe (Anonimo 1970a).²³ Dall'estate del 1970, nella stampa il nome di Yogi Bhajan viene regolarmente affiancato dai titoli «guida spirituale della 3HO» e «Maestro di Kundalini Yoga». I sandali di Maharaj Virsa Singh non avevano più posto sul letto di Yogi Bhajan; in senso sia letterale che simbolico, quello spazio ora era suo.²⁴

Negli ultimi giorni del 1970, Yogi Bhajan portò un gruppo di circa ottanta studenti in India per un pellegrinaggio spirituale di tre mesi. Poco prima del viaggio, Yogi Bhajan disse a un giornalista che il gruppo partiva per una missione d'inchiesta in India per studiare il modo migliore per liberare dalla

droga, attraverso lo yoga, i giovani d'America (Claiborne 1970). Per quelli all'interno della 3HO, obiettivo del viaggio era visitare e soggiornare a Gobind Sadan, «casa dell'amato maestro di Yogi Bhajan, Maharaj Virsa Singh Ji» (Khalsa 1970c, 11). Yogi Bhajan disse a Jim Baker, uno dei suoi primi studenti di Los Angeles, di unirsi al viaggio allo scopo di ottenere la benedizione del suo insegnante (Aquarian 2007, 46).

Il viaggio sarebbe finito con un cambiamento radicale del suo focus e, al ritorno del gruppo, tre mesi dopo, Maharaj Virsa Singh sarebbe divenuta *persona non grata*, le figure di Sant Hazara Singh e Guru Ram Das sarebbero diventate centrali, e Yogi Bhajan avrebbe rivendicato audacemente i titoli di autorità amministrativa dei sikh su metà del globo e Maestro del Tantra. Alla luce del suo crescente seguito e della mutata visione del suo ruolo di leader, se anche Yogi Bhajan avesse effettivamente lasciato l'India nell'autunno del 1968 come devoto studente di Maharaj Virsa Singh, è dubbio che possa essere tornato in India, due anni più tardi, con lo stesso ruolo di prima, visto il cambiamento nella rappresentazione di se stesso e di Maharaj Virsa Singh.²⁵ È anche dubbio che non abbia previsto l'emergere di un conflitto in materia delle principali differenze tra ciò che stava insegnando ai suoi studenti e ciò che Maharaj Virsa Singh insegnava a Gobind Sadan. Ipotizzando che in quel tempo Yogi Bhajan non fosse intenzionalmente alla ricerca di una rottura con il suo maestro, c'è da pensare che questa rottura rappresentasse uno sviluppo che avrebbe accolto con favore.

Quasi immediatamente, all'arrivo e ancora con il jetlag, il gruppo fu accolto da Indira Gandhi nei giardini del palazzo del primo ministro, dove uno degli studenti di Yogi Bhajan, Andrew Ungerleider, mostrò, a lei e a Swami Dharendra Brahmachari, posture di hatha yoga. Indira Gandhi, commossa dall'interesse che i giovani americani avevano per l'India, parlò al gruppo, e infine, tenendosi tutti per mano, vibrarono insieme *Om*.^{26,27} Il gruppo andò poi fuori città, a Gobind Sadan, ma in meno di una settimana Yogi Bhajan ruppe in maniera drammatica con Maharaj Virsa Singh e il gruppo lasciò rapidamente Gobind Sadan per trasferirsi in una azienda agricola dove si coltivava il mango. Uno studente americano ricorda che all'improvviso fu detto al gruppo che Virsa Singh non era l'insegnante di Yogi Bhajan e che la partenza aveva motivazioni politiche, dato che Maharaj Virsa Singh esigeva che Yogi Bhajan sostenesse qualcuno politicamente, sebbene sia difficile immaginare che Yogi Bhajan, un ufficiale di dogana di medio livello, assente da più di due anni dall'India, fosse dotato di una qualsiasi influenza politica per la quale valeva la pena litigare durante le elezioni che si stavano svolgendo in quel momento.²⁸

Yogi Bhajan avrebbe in seguito affermato di essersene andato perché Maharaj Virsa Singh voleva essere riconosciuto come il suo insegnante, il che sembra strano dal momento che questo era stato affermato più volte da Yogi Bhajan stesso. Nei racconti successivi, Yogi Bhajan ha insistito sul fatto che Guru Ram Das, il quarto Guru dei sikh, era il suo vero insegnante. Secondo Yogi Bhajan, Maharaj Virsa Singh gli avrebbe quindi chiesto se, in linea con l'averne un Guru, Guru Ram Das gli avesse dato un mantra e, la mattina seguente, durante la sua meditazione personale, Guru Ram Das è apparso tangibilmente di fronte a Yogi Bhajan per dargli il mantra *Guru Guru Wahe Guru Guru Ram Das Guru*.²⁹ La storia è stata ripetuta spesso da Yogi Bhajan nel corso degli anni e sembrava servire contemporaneamente a diversi scopi: consolidare l'affermazione di Guru Ram Das come Guru personale di Yogi Bhajan, posizionare Guru Ram Das come il santo patrono della 3HO, collegare

ulteriormente Yogi Bhajan e il Kundalini Yoga alla tradizione sikh, e mettere una distanza tra Yogi Bhajan e la sua devozione, precedentemente rivendicata, verso Maharaj Virsa Singh (Yogi Bhajan 1987, 1990b, 1995).

Coloro che erano più vicini a Yogi Bhajan e a Maharaj Virsa Singh mettono in campo ragioni molto più materiali e decisamente imbarazzanti per la rottura del primo dal secondo. Quelli che allora erano devoti di Maharaj Virsa Singh ricordano come questi, rivolto al gruppo di studenti, avrebbe detto loro, di fronte a Yogi Bhajan, che non aveva mai insegnato yoga a nessuno, e che lo yoga non aveva nulla a che fare con il sikhismo. Piuttosto, per Maharaj Virsa Singh, Gobind Sadan e l'ispirazione che veniva da Guru Nanak e Guru Gobind Singh erano il vero modello del percorso spirituale che si attualizza nel duro lavoro, nel ricordo di Dio, nel non prendere denaro da nessuno e nel condividere con gli altri bisognosi. La segretaria di Yogi Bhajan durante quel viaggio, Premka Kaur, ha detto «doveva appartenere a un lignaggio... non poteva comunque permettere che ce lo avesse qualcun altro, perché avrebbe perso quel controllo».³⁰ Un'altra persona presente ha ricordato che Yogi Bhajan voleva un tipo di accordo territoriale in base al quale lui si sarebbe tenuto i suoi studenti e Gobind Sadan sarebbe diventato una sorta di «3HO in Oriente».³¹ La proposta di Yogi Bhajan venne derisa da Maharaj Virsa Singh e, con una pressione autoindotta, Yogi Bhajan, offeso, partì immediatamente.³²

Mantenendo l'azienda agricola di mango come base, il viaggio cambiò radicalmente e, nonostante non si fosse menzionata in precedenza l'intenzione che il sikhismo fosse posto al centro del viaggio, giorno dopo giorno, il gruppo andò di Gurdwara in Gurdwara. Gli studenti indossavano abiti bianchi in stile punjabi, praticavano *kirtan* di livello base e veniva detto loro di non menzionare lo yoga. Un partecipante ricorda che gli fu detto: «Se i sikh indiani ti chiedono qualcosa riguardo ciò che stai facendo, di semplicemente *Naam Japo*».³³ L'idea di "Gora Sikh", sikh bianchi americani, era inimmaginabile nel Punjab, e gli studenti di Yogi Bhajan attiravano grandi folle ovunque andassero. Le voci riguardo il gruppo crebbero e, all'inizio di marzo, il gruppo fu ospitato nel Tempio d'oro di Amritsar, dove Yogi Bhajan si presentò come un missionario sikh e, in quanto tale, fu festeggiato. Alcuni membri del gruppo furono fatti sposare e altri presero l'Amrit, anche se è dubbio che conoscessero i dettagli e le vaste implicazioni di ciò che stavano facendo. Uno di loro ricorda che gli era stato detto cosa fare e come comportarsi. «Fondamentalmente, nessuno di noi sapeva cosa stessimo facendo... eravamo solo pedine silenziose, in qualunque modo volessimo essere presentati... seguivamo solamente le istruzioni di (Yogi Bhajan)».³⁴ In un bizzarro crescendo, il viaggio in India si concluse con Yogi Bhajan arrestato, con l'accusa di aver truffato un uomo di nome Amarjit Singh di 10.000 rupie, rapidamente scagionato, e quindi fuggito dal paese con i suoi studenti dopo essere stato quasi fermato all'aeroporto (Anonimo 1971; Sharma 1971).^{35,36,37}

Sant Hazara Singh e il titolo di Mahan Tantrico

Nella primavera del 1971, poco dopo il ritorno dal viaggio in India, Yogi Bhajan, dopo la sua meditazione mattutina, annunciò ai suoi studenti che gli era stato trasmesso il ruolo di "Mahan Tantrico". Secondo Yogi Bhajan, esiste un solo Mahan Tantrico sulla terra in ogni tempo, e il titolo era

stato precedentemente passato a un altro studente di Sant Hazara Singh, il Lama tibetano Lilan Po, prima di giungere a lui (Khalsa 1995, 15). Come è comune intendimento nella 3HO, è solo sotto il controllo dell'unico Mahan Tantrico che si può fare il Tantra Yoga Bianco, una forma non-sessuale di yoga in cui gli studenti si siedono in fila, uno di fronte all'altro, in coppie maschio/femmina, fissandosi reciprocamente negli occhi e, sotto la supervisione del Mahan Tantrico, eseguono esercizi che possono durare anche più di un'ora.³⁸ Sia il tempismo che il titolo erano alquanto curiosi, dal momento che corsi tantrici si erano tenuti a Los Angeles e in Arizona già nell'autunno del 1970, molto prima che il titolo di Mahan Tantrico gli fosse presumibilmente conferito, e anche i primi insegnanti di Kundalini Yoga insegnavano lezioni dello stesso tipo di yoga prima che fosse detto loro che questo «toglieva troppa energia a Yogi Bhajan» (Schneider 2003, 71).³⁹

Queste discrepanze hanno senso alla luce delle revisioni storiche che furono fatte in tutta rapidità all'inizio del 1971, a seguito della rottura di Yogi Bhajan da Virsa Singh. Maharaj Virsa Singh fu cancellato dai registri della 3HO, così come lo furono gli insegnanti minori viventi elencati nell'articolo del luglio 1970, *Chi è Yogi Bhajan?*, pubblicato in «Beads of Truth». Se veniva fatto riferimento a Maharaj Virsa Singh, non era mai per nome e sempre come a una sorta di losco figura che, in numerosi racconti, aveva sfidato Yogi Bhajan, cercato di impedire agli studenti di Yogi Bhajan di diventare sikh, e era stato segretamente responsabile di qualsiasi dissonanza tra sikh d'occidente e sikh del Punjab (Khalsa 2010). Dal primo viaggio in India in poi, tutte le influenze che Yogi Bhajan aveva rivendicato e collocato nel lignaggio del Kundalini Yoga e del Tantra Bianco, divennero inaccessibili: da Sant Hazara Singh al Lama tibetano Lilan Po agli stessi Guru sikh. Come ha descritto l'ex segretario esecutivo di 3HO: «Tutte le affermazioni di Yogi Bhajan sul lignaggio o sugli insegnanti non sono state confermate poiché tutti gli insegnanti a cui si riferiva erano (convenientemente) spirati».⁴⁰

Guru Ram Das e la figura di Sant Hazara Singh presero dunque il centro della scena e ogni forma di rispetto o mitizzazione rivolta in precedenza a Maharaj Virsa Singh veniva ora indirizzata verso di loro o verso lo stesso Yogi Bhajan.

La storia originaria di Yogi Bhajan che puliva i bagni per Maharaj Virsa Singh, che era poi stata trasformata nel lavaggio dei pavimenti del Tempio d'Oro dopo il lavoro, fu nuovamente rielaborata all'interno della narrazione rivendicata da Yogi Bhajan come presunto studente di Sant Hazara Singh (Yogi Bhajan 1996a, 1999). La descrizione del Mahan Tantrico, un titolo unico detenuto da una sola persona alla volta sulla Terra, fece eco alla precedente descrizione di Maharaj Virsa Singh da parte di Yogi Bhajan come «il maestro di quel tempo». L'abbigliamento di Yogi Bhajan, con abiti larghi e bianchi, e perfino il modo in cui sedeva, recavano ora una sorprendente somiglianza con quelli di Maharaj Virsa Singh.⁴¹ Il *Naam* che Yogi Bhajan diceva di aver ricevuto dal suo ex maestro veniva ora indicato, nelle pubblicazioni 3HO, come «il nostro *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru*» (Khalsa 1971a). Nell'ottobre del 1971, la 3HO avviò l'usanza di celebrare il compleanno di Guru Ram Das e, ben presto, quella celebrazione annuale si ritrovò a ruotare attorno al canto dello *shabad Dhan Dhan Ram Das Guru* per una durata di 2 ore e mezza, proprio come, in precedenza, *Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru* veniva vibrato per onorare Maharaj Virsa Singh nel giorno del suo compleanno (Khalsa 1971b).

La figura di Sant Hazara Singh divenne quindi centrale ma, quando vengono messe insieme tutte le affermazioni di Yogi Bhajan su di lui, sembra altamente improbabile che una tale figura fosse esistita realmente senza che fosse documentata altrove.⁴² Oltre a essere un maestro di arti marziali sikh, Kundalini Yoga, Tantra Yoga Bianco, e uno che aveva memorizzato l'intero *Siri Guru Granth Sahib*, Yogi Bhajan affermò che il suo Sant Hazara Singh aveva organizzato la difesa armata della città di Anandpur durante la Partizione, che sembrava un uomo senza età, e che contava oltre 250 studenti, tra cui il Lama tibetano Lilan Po che, sorprendentemente, avrebbe studiato con un insegnante sikh nel Punjab in un momento in cui il Tibet era bloccato (Khalsa 1979, 29; Yogi Bhajan 1983, 1996b). L'uomo che Yogi Bhajan ha nominato come suo biografo, Guru Fatha Singh Khalsa, ammette di non avere mai trovato informazioni, altre da quelle portate da Yogi Bhajan, sulla figura di Sant Hazara Singh.⁴³

Al di là dell'introduzione tardiva di Sant Hazara Singh e del conveniente tempismo della sua elevata importanza, forse la prova più forte contro la sua esistenza proviene da Yogi Bhajan stesso. La versione ufficiale accettata all'interno della 3HO, ricevuta direttamente da Yogi Bhajan, è che lui si sia formato sotto Sant Hazara Singh dall'età di sette anni fino a sedici anni e mezzo, quando venne dichiarato Maestro dal suo insegnante (Yogi Bhajan 1990a).⁴⁴ Tuttavia, in numerose occasioni durante i suoi primi anni in Occidente, Yogi Bhajan stesso ha datato l'inizio del suo studio dello yoga in un tempo successivo a quello secondo il quale, in seguito, avrebbe affermato di aver terminato gli studi sotto Sant Hazara Singh. Inizialmente, Yogi Bhajan aveva detto ai giornalisti che aveva studiato yoga a iniziare «dall'età di diciotto anni» e, in interviste sia del 1968 che del 1969, aveva dichiarato di averlo studiato per ventidue anni. Nel 1970, questo numero fu adattato a ventitré anni, il che significherebbe che, quando iniziò a studiare yoga, nel 1946-1947, avrebbe avuto diciassette o diciotto anni (Hampton 1968; Altschul 1969; Gray 1970; Anonymous 1970b). Anche un primo articolo scritto dalla "madre della 3HO", Shakti Parwha Kaur, descrive l'incontro di Yogi Bhajan con Virsa Singh come l'apice dei «primi ventidue anni di ricerca della Verità», ponendo ancora una volta l'inizio della ricerca spirituale di Yogi Bhajan in un periodo successivo alla Partizione, dopo il suo presunto completamento degli studi sotto Sant Hazara Singh (Khalsa 1970b, 2).

Dopo decenni di consolidamento, questo cambiamento è diventato oggi lo standard accettato all'interno della 3HO, dove quasi tutti i praticanti sono a conoscenza delle connessioni dichiarate che la pratica ha con Sant Hazara Singh e Guru Ram Das, ma quasi nessuno è a conoscenza di Maharaj Virsa Singh o Swami Dharendra Brahmachari.

Conclusioni

Se la si osserva con mente aperta, la storia delle origini della 3HO è straordinaria per quanto è stata così completamente rivista, man mano che l'organizzazione cresceva, e sia stata sostituita una figura come Maharaj Virsa Singh, inizialmente venerata e poi eliminata, con una figura teoricamente essenziale come Sant Hazara Singh introdotta solo dopo un anno e mezzo durante il quale era passata inosservata. Una spiegazione del successo della revisione della storia del Kundalini Yoga è semplicemente il tempismo. Dal momento che questi cambiamenti si sono verificati nei primi due anni,

c'era meno passato da rivedere, e il passare del tempo ha contribuito a consolidare ulteriormente la versione nuova quando molte delle prime persone che erano all'interno della 3HO erano già uscite dal gruppo. Negli anni successivi, molti studenti che si sono uniti dopo i primi due anni sono stati riconosciuti come "veterani" con decenni di esperienza, e venne dato credito alla loro versione dei fatti anche se ignoravano i primi anni di formazione della 3HO, che spesso contraddicevano la versione successiva della stessa.

L'aspetto più significativo della storia nascosta del Kundalini Yoga di Yogi Bhajan è il problema epistemologico centrale alla base della comprensione, da parte della 3HO, del Kundalini Yoga e del suo lignaggio. Come un piccolo ristorante che pone specchi su pareti opposte per creare l'apparenza di profondità, è dalla singolare persona di Yogi Bhajan che hanno origine tutte le informazioni sul lignaggio e sulla pratica del suo Kundalini Yoga. Manuali, libri e periodici della 3HO come «Beads of Truth» e il successivo «Aquarian Times» che spiegavano la pratica del Kundalini Yoga provenivano tutti dalle lezioni di Yogi Bhajan e dagli appunti presi nelle sue classi. Nel tempo, nonostante le contraddizioni all'interno delle affermazioni di Yogi Bhajan e la mancanza di prove a sostegno provenienti da fonti secondarie, scrittori e studiosi esterni hanno fatto affidamento sui materiali della 3HO per descrivere la composizione e il lignaggio del Kundalini Yoga a un pubblico più ampio, creando una bibliografia lunga e citabile che sembrava verificare le affermazioni fatte riguardo la pratica.

Yogi Bhajan era libero di rivedere la versione ufficiale che i suoi studenti avevano del Kundalini Yoga, delle sue origini e del suo lignaggio personale, poiché, come molti altri leader carismatici all'interno di Nuovi Movimenti Religiosi, la sua parola veniva accettata *prima facie* dai suoi seguaci, senza bisogno di conferme esterne. Se Yogi Bhajan stesso può essere visto come l'editore principale della storia del suo Kundalini Yoga e del suo presunto lignaggio, questo filtro è stato rafforzato da figure vicine a lui che hanno scritto e curato i periodici e la letteratura della 3HO. Eliminando determinati eventi e citazioni e sottolineandone altri, questi hanno rivisto spesso la storia e dato una forma più coerente alle narrazioni all'interno della 3HO. Alla fine del 1972, Shakti Parwha Kaur, nonostante tutto ciò che aveva scritto in «Beads of Truth» riguardo Maharaj Virsa Singh nel 1970, avrebbe detto che quando incontrò Yogi Bhajan per la prima volta «lui aveva riposto la sua totale fede, la sua totale dipendenza» in Guru Ram Das (Khalsa 1972). Per un numero maggiore di membri ordinari, questo processo di risoluzione di informazioni contrastanti e disparate potrebbe essere stato più sottile, fino al punto di diventare inconscio. Una descrizione inconsapevole di questo approccio può essere vista in Ravi Har Singh che, nel descrivere il processo di scrittura di un libro basato sulle lezioni «non lineari e multidimensionali» di Yogi Bhajan, ha recentemente ammesso,

Ho scoperto che raramente lui [Yogi Bhajan] sviluppa completamente un concetto in un posto solo, in una sola seduta. Offre invece spesso frammenti di concetti sparsi su un ampio numero di lezioni. Spetta al ricercatore applicare una buona dose di intuizione per riunire questi frammenti in un insieme coerente.

Khalsa (2011)

Le barriere della lingua, della cultura e dell'esperienza personale hanno aggiunto un'altra non piccola parte al ruolo di Yogi Bhajan come filtro della conoscenza nei primi anni della 3HO. Durante il primo viaggio in India, nessuno degli studenti di Yogi Bhajan parlava punjabi o conosceva i costumi sikh, per non parlare della cultura indiana in generale. Alcuni studenti di Yogi Bhajan descrivono in prima persona la sua rottura con Maharaj Virsa Singh o gli eventi del 1971 al Tempio d'Oro, ma è dubbio che essi stessi abbiano capito cosa stava accadendo in quel momento, indipendentemente da ciò che fu detto loro da Yogi Bhajan. Perfino una studentessa che si trovava nelle vicinanze quando Guru Ram Das sembra essere apparso a Yogi Bhajan nel viaggio del 1970-1971, e che verificò con reverenza la sua storia, non vide il quarto Guru sikh con i suoi occhi e riuscì a trovare prove solo attraverso la sua interpretazione di ciò che vide in Yogi Bhajan e in ciò che egli le aveva riferito (Khalsa 1978).

Un'attenta ispezione degli eventi accaduti tra il 1968 e il 1971 suggerisce che Yogi Bhajan era profondamente consapevole dei modi in cui stava presentando il suo yoga e spesso lo reinventava per soddisfare il suo pubblico: a volte per obiettivi a lungo termine e altre volte per soddisfare bisogni immediati. Le figure di Sant Hazara Singh e, in misura minore, di Lama Lilan Po sono state usate per sostituire le figure e le influenze reali di Maharaj Virsa Singh e Swami Dharendra Brahmachari, dando al Kundalini Yoga un'origine che assicurava a Yogi Bhajan di rivendicarne il possesso. Senza il lignaggio che rivendicava e senza che il Kundalini Yoga fosse una completa invenzione, sarebbe meglio pensare Yogi Bhajan non come detentore di un lignaggio né come inventore, ma come un *bricoleur* che ha riunito insieme elementi di pratiche diverse e li ha presentati ai suoi studenti come entità distinta, circondata da una mitologia romanzata. Forse questo dice tanto su Yogi Bhajan quanto sulle aspettative e le speranze di coloro che gli hanno creduto.

Mentre questo articolo suggerisce un cambiamento radicale nella comprensione accettata di cosa sia il Kundalini Yoga e di chi fosse Yogi Bhajan, in un certo senso suggerisce anche un cambiamento laterale. Una volta che la mitologia popolare del Kundalini Yoga viene ispezionata e smantellata, l'antica stirpe del Kundalini Yoga e la figura di Sant Hazara Singh si perdono, ma ancora restano pratiche esoteriche di yoga e un potente insegnante nel *Sūksma Vyāyāma* di Swami Dharendra Brahmachari e la figura del Maharaj Virsa Singh. Ciò fornisce sia un più vero senso del Kundalini Yoga sia una spiegazione più realistica del perché funziona per i suoi praticanti.

Alcuni critici ed ex membri della 3HO cercano di rigettare del tutto la pratica del Kundalini Yoga, spesso basando la loro opinione su prove contraddittorie nelle affermazioni di Yogi Bhajan o contrastando la pratica con l'ortoprassia sikh accettata. Ma con un così alto numero di insegnanti e studenti di Kundalini Yoga nel corso dei decenni, non è realistico pensare che tutti siano stati illusi, non abbiano trovato benefici attraverso la sua pratica o non abbiano avuto esperienze profonde attraverso di essa. Il Kundalini Yoga è stato spesso descritto da Yogi Bhajan e dalla 3HO come «Lo Yoga dell'esperienza». Se considerata in modo critico e storico, forse l'esperienza individuale dei suoi praticanti, e non la figura di Yogi Bhajan o la mitologia della Catena d'Oro, è la visuale più onesta e feconda da cui osservare il Kundalini Yoga.

Note

1. I seguaci di Yogi Bhajan si riferiscono comunemente a lui con il titolo di “Siri Singh Sahib” come una questione di deferenza per un titolo che lui sostiene di aver ricevuto all'inizio del 1971 al Tempio d'Oro e che lo ha reso l'autorità sikh nell'Emisfero occidentale. I critici di Yogi Bhajan spesso si riferiscono a lui con il suo nome di nascita, Harbhajan Singh Puri, come per privarlo consapevolmente dei titoli che considerano fraudolenti. In questo articolo viene chiamato “Yogi Bhajan” per riflettere principalmente il modo in cui era più conosciuto e per distinguersi da entrambe le opinioni. La figura di Virsa Singh è stata indicata come Maharaj nei suoi primi anni e come Baba Virsa Singh nei suoi ultimi anni. Mentre “Maharaj” e “Baba” sono titoli rispettosi, in questo articolo sarà indicato come Maharaj Virsa Singh, in linea con i riferimenti fatti a lui sia all'interno della 3HO che a Gobind Sadan durante il periodo di tempo preso in esame. “Kundalini Yoga” verrà scritto in maiuscolo per indicare la pratica specifica che Yogi Bhajan ha insegnato e per mantenere riferimenti distinti da altre pratiche che sono state chiamate kundalini yoga. Infine, il termine “3HO” verrà utilizzato come termine generale per comprendere le varie organizzazioni create da Yogi Bhajan e dai suoi seguaci, poiché questa è stata la prima organizzazione e, insieme alla variante “Famiglia 3HO”, è stato utilizzato in modo simile nel materiale informativo interno.
2. Se il Kundalini Yoga è stato semplicemente descritto come «antico» dalla 3HO in tutti gli ultimi decenni, durante gli anni Settanta la 3HO aveva fissato come data approssimativa della sua nascita il 26.000 a.C. *Cfr.*, Rama Kirn Singh e Gurucharan Singh Khalsa, *Yoga: The Origins and Development of Yoga and the Science of Kundalini Yoga as Taught by Yogi Bhajan*, in «Kundalini Quarterly», estate 1976, 2–8 e una menzione di Yogi Bhajan nel numero di «Arizona Republic» del 28 Novembre 1970.
3. Alcuni dei molti casi in cui Yogi Bhajan ha affermato che gli storici Guru sikh praticavano lo stesso Kundalini Yoga da lui insegnato includono lezioni del 10 giugno 1971 e del 12 gennaio 1976, ed esercizi di Kundalini Yoga non datati come *Indra Nittra Meditation* e *Ong In Virasan* (Per la Negatività). Nell'estate del 1976, un articolo di Gurucharan Singh Khalsa e Rama Kirn Singh in «Kundalini Quarterly» affermava che non solo i Guru sikh praticavano il Kundalini Yoga, ma che la stessa pratica yoga li aveva preceduti e «aveva dato origine a un gruppo di praticanti noto come sikh».
4. Intervista telefonica a Bhai Himat Singh, 16 giugno 2011. Bhai Himat Singh è stato un praticante di Kundalini Yoga e uno studente diretto di Yogi Bhajan per circa due decenni, a partire dal 1983. Dopo la morte di Yogi Bhajan, Bhai Himat è andato a Gobind Sadan dove ha trascorso del tempo con Maharaj Virsa Singh e da lui ha ricevuto il *Naam*.
5. Intervista telefonica a Ron Brent, 6 gennaio 2011. Brent era uno dei primi studenti di Yogi Bhajan a Los Angeles. Alla fine del 1970, partì per diventare uno studente di Swami Muktananda e viaggiò in India per trascorrere del tempo con lui. Per pura coincidenza, si trovava a Gobind Sadan quando Yogi Bhajan e i suoi studenti arrivarono alla fine del 1970. Non solo vide il gruppo a Gobind Sadan, ma durante quel periodo fu una delle cinque persone

presenti in un piccolo incontro tra Yogi Bhajan e Maharaj Virsa Singh e, su insistenza di Maharaj Virsa Singh, la conversazione avvenuta in punjabi gli fu tradotta in inglese per la sua comprensione.

6. Intervista telefonica a Antion Vic Briggs, 5 luglio 2011. Conosciuto anche come Vikram Singh Khalsa, Briggs è stato nella 3HO per circa due decenni, a partire dal gennaio del 1970, ed era un Mukhia Singh Sahib (o ministro senior) all'interno del gruppo.
7. Intervista telefonica ad Antion Vic Briggs, 5 luglio 2011.
8. Intervista telefonica a Warren Stagg, 8 giugno 2011. A metà degli anni Sessanta, Stagg possedeva e lavorava da H.E.L.P., tra la Terza e Fairfax Avenue, uno dei primi ristoranti salutisti di Los Angeles, che divenne rapidamente luogo d'incontro per le persone New Age, con insegnanti che arrivavano dall'oriente e «tutti col trip della salute». Stagg si è auto-descritto come «colui che – in quel periodo – accoglieva i guru a Los Angeles».
9. Disponibile online all'interno della mostra Communal Living sul sito di The Smithsonian: <http://americanhistory.si.edu/lisalaw/6.htm#h05>
10. Intervista telefonica ad Andrew Ungerleider, 23 giugno 2011. Ungerleider ha iniziato a praticare il Kundalini Yoga nell'autunno del 1969 in Arizona e successivamente nella primavera del 1970 a Santa Fe, nel New Mexico. Era presente durante il viaggio in India del 1970-1971 e lasciò la 3HO a metà degli anni Settanta, quando la 3HO si rivolse verso una rigida disciplina e un riorientamento verso il sikhismo.
11. Corrispondenza con Reinhard Gammenthaler, 21 settembre 2011. Gammenthaler era uno molto studente di Swami Dharendra Brahmachari a lui molto vicino, e noto come il suo ultimo studente. La sua formazione è descritta a lungo in un'intervista del 2003 con *Schweizer Yoga-Journal* disponibile su http://asianyogaholidays.com/interview-gammenthaler-DB_en.html
12. Corrispondenza con Reinhard Gammenthaler, 21 settembre 2011.
13. Le descrizioni degli insegnamenti di Swami Dharendra Brahmachari sullo yoga si basano sui suoi due libri tradotti in inglese, *Sūksma Vyāyāma* (edizione del 1973) e *Yogāsana Vijñāna* (edizione del 1970) e sulla corrispondenza con il suo studente Reinhard Gammenthaler.
14. Corrispondenza con Reinhard Gammenthaler, 21 e 23 settembre 2011.
15. Somiglianze con questi esercizi ritmici si trovano negli esercizi n. 9, 10, 13, 16, 22, 41, e 43 di Swami Dharendra Brahmachari *Sūksma Vyāyāma* (edizione del 1973).
16. Confronta le immagini n. 5-10 in «Kundalini Meditation Manual For Intermediate Students» con le immagini n. 105-108 in *Sūksma Vyāyāma* (edizione 1973).
17. Se la pratica del *Naam* era comune sia agli studenti di Yogi Bhajan che a quelli di Maharaj Virsa Singh, la pratica meccanica e tecnica dei primi la distingueva chiaramente dalla pratica devozionale ed emotiva dei secondi.
18. Intervista telefonica ad Antion Vic Briggs, 5 luglio 2011. Intervista telefonica a Ron Brent, 6 gennaio 2011.
19. Intervista telefonica a Warren Stagg, 8 giugno 2011.

20. Ci sono anche testimonianze di uno studente che ha parlato a lungo con Yogi Bhajan, sulla possibilità molto logica che la conoscenza dello yoga, della meditazione e delle materie correlate da parte di Yogi Bhajan non fosse interamente basata su questi insegnanti ma anche fortemente integrata da libri e altre figure minori. Vedi Harrysingh1 (pseud.), commento a "*The Sikh Connection*", *TheWackoWorld of Yogi Bhajan*, pubblicato l'8 febbraio 2005, <http://forums.delphiforums.com/KamallaRose/messages?msg=579.39>
21. Considerando le 300 miglia che separano l'aeroporto di Nuova Delhi dal Tempio d'Oro di Amritsar, la possibilità di un tale pendolarismo è estremamente improbabile.
22. Questa fotografia è stata venduta anche in una versione ritagliata con solo la faccia di Yogi Bhajan in quello che sembra essere un prototipo del suo ritratto per il *tratakam*.
23. Intervista telefonica a Jim Migdoll, 7 settembre 2011. Migdoll è stato coinvolto nella 3HO dall'inizio fino alla fine del 1970 ed è stato inviato a Memphis, Tennessee, durante quel periodo per insegnarvi le principali lezioni del Kundalini Yoga.
24. Un resoconto delle abitudini del sonno di Yogi Bhajan fu dato dai suoi primi studenti in Florida nel loro resoconto di una visita all'inizio del 1970. Vedi *Early History of the 3HO Foundation According to Hari Singh and Hari Kaur Bird Khalsa*, ultima modifica: 19 luglio 2012, <http://www.harisingh.com/3HOHistory.htm>
25. Nel libro commemorativo *The Man Called The Siri Singh Sahib*, Gurucharan Singh Khalsa, giornalista nato in Punjab e residente a Londra, descrisse l'incontro con Yogi Bhajan nel Vishwayatan Ashram di Swami Dharendra Brahmachari all'inizio del 1968, molto prima che Maharaj Virsa Singh presumibilmente gli dicesse di andare in Occidente. Durante quell'incontro, Yogi Bhajan gli disse che, ispirato da «una misteriosa chiamata interiore», lui «stava pianificando di lasciare il suo lavoro e andare all'estero come insegnante di yoga».
26. Intervista telefonica con Andrew Ungerleider, 23 giugno 2011.
27. Una foto di Yogi Bhajan, Indira Gandhi e Swami Dharendra Brahmachari, scattata durante questo incontro è stata ristampata nel numero di dicembre 1972 di «Beads of Truth», pagina 28.
28. Intervista telefonica con Rahmaneh Meyers, 18 agosto 2011. Meyers era coinvolto nella 3HO nei suoi primi anni ed è stato uno dei partecipanti al viaggio in India del 1970-1971.
29. L'elemento più sorprendente dell'incontro che Yogi Bhajan ha dichiarato di aver avuto con Guru Ram Das è quanto fosse simile alla storia raccontata da Maharaj Virsa Singh di quando aveva ricevuto il *Naam* da Baba Sri Chand e Guru Nanak, una storia di cui Yogi Bhajan era senza dubbio a conoscenza e che i suoi studenti quasi sicuramente ignoravano.
30. Intervista telefonica con Pamela Dyson, 23 settembre 2011. Dyson, nota anche come Premka Kaur Khalsa, è stata coinvolta nella 3HO dal 1969 al 1985 ed è stata la segretaria incaricata del viaggio in India del 1970-1971. Molto significativa nella crescita e nella storia della 3HO, Dyson compilò traduzioni inglesi di scritti sacri sikh, scrisse numerosi articoli per e per conto della 3HO, e fu direttrice di «Beads of Truth» per una dozzina di anni, Segretario Generale della Sikh Dharma Brotherhood, Vice Presidente e Direttore della 3HO Foundation, e ministro di alto rango, con il titolo di Mukhia Sardarni Sahib.

31. Curiosamente, questa idea è riportata nel numero di gennaio 1970 di «Beads of Truth», in cui Shakti Parwha Kaur spera di pubblicare un resoconto del viaggio nel numero seguente e si riferisce a Gobind Sadan come alla “3HO India”.
32. Intervista telefonica a Ron Brent, 6 gennaio 2011.
33. Intervista telefonica a Rahmaneh Meyers, 18 agosto 2011.
34. Intervista telefonica a Pamela Dyson, 23 settembre 2011.
35. Intervista telefonica ad Antion Vic Briggs, 5 luglio 2011.
36. Più tardi, la colpa dell'arresto fu implicitamente posta data a Maharaj Virsa Singh e la debacle fu descritta come l'opera negativa dell'«ego geloso dei cosiddetti uomini “santi” in India (che) avevano creato barriere quasi insormontabili alla sicurezza del ritorno di Yogi Bhajan in America». Vedi Shakti Parwha Kaur, *Celebrazione del compleanno di Guru Ram Das Ji*, lettera del 23 settembre 1971, stampata a pagina 48 nel numero di «Beads of Truth» dell'autunno 1971.
37. Un intrigante e possibile collegamento con questo evento, o forse con il primo viaggio di Yogi Bhajan in Occidente, può essere trovato nella raccolta di necrologi del 2005 di Khushwant Singh intitolata *Death at My Doorstep (Morte sull'uscio di casa)*, nella quale veniva descritto un incontro durante il quale Yogi Bhajan veniva affrontato dalla figlia di un uomo che venti anni prima gli aveva prestato 10.000 rupie «per pagare il suo biglietto aereo per il Canada... quando stava fuggendo dall'India» (114).
38. In origine, Yogi Bhajan ha insegnato queste classi di Tantra Yoga Bianco di persona e, successivamente, con il declino della sua salute, i corsi sono stati condotti attraverso videocassette e “Facilitatrici Tantriche” in carne e ossa, un formato che continua ancora oggi, anni dopo la morte di Yogi Bhajan.
39. Intervista telefonica ad Antion Vic Briggs, 5 luglio 2011. Intervista telefonica a Jack Sokol, 7 settembre 2011. Sokol era uno dei primi studenti di Kundalini Yoga e ha studiato con “Baba” Don Conreux all'Arizona State University all'inizio del 1970, prima di insegnare e prima di frequentare un corso di formazione di 10 giorni a Los Angeles nell'estate del 1971.
40. Intervista telefonica a Pamela Dyson, 23 settembre 2011.
41. Intervista telefonica a Antion Vic Briggs, 5 luglio 2011.
42. Ci sono alcuni illustri Hazara Singh che hanno vissuto al di fuori della linea temporale che Yogi Bhajan diede per il suo presunto insegnante affermato: un Bhai Hazara Singh, che fu ucciso nel 1921 e reso uno dei primi due martiri del Gudwara Reform Movement, e un Baba Hazara Singh Seawale, che supervisionò la costruzione della Gudwara di Taraori, a nord di Karnal, nel 1970. Se esisteva una fonte basata sulla realtà per il primo insegnante di Yogi Bhajan, il sospettato più probabile che si avvicinasse almeno un po' alla linea temporale stabilita da Yogi Bhajan era un Sant Hazara Singh del villaggio Chhote Ghuman. Secondo lo scrittore dott. Kulwant Singh Khokhar, che lo incontrava spesso e lo ha menzionato nella sezione dei riconoscimenti del suo libro *Way of the Saffron Cloud* del 1999, questo Sant Hazara Singh era un contadino illetterato in pensione che viveva in modo molto modesto e parlava raramente, un netto contrasto con le storie che Yogi Bhajan raccontava del suo Sant Hazara Singh.
43. Corrispondenza via e-mail con Guru Fatha Singh Khalsa, 15 giugno 2011.

44. Ciò contrasta con la precedente affermazione fatta nel numero di luglio 1970 di «Beads of Truth» secondo cui questa maestria è stata ottenuta da Yogi Bhajan all'età di 18 anni.

Fonti

3HO (Healthy, Happy, Holy Organization). 1970. Annuncio. «Beads of Truth», vol. 1, n. 3, marzo.

Altschul, Marty. 1969. *Tense housewives, businessmen try relaxing Hindu way*. «Los Angeles Times», giugno 22.

Anonimo. 1970a. *Guru and mantra yoga*. «Beads of Truth», vol. 1, n. 2, marzo, p. 1.

Anonimo. 1970b. *Yogi on yoga*. «Santa Fe New Mexican», 20 marzo.

Anonimo. 1971. *Yogi bailed out, flies back to US*. «Hindustan Times», 20 marzo.

Aquarian, Isis [pseud.], ed. 2007. *The source. The untold story of Father Yod, YaHoWa13 and the source family*. Los Angeles, CA, Process Media.

Brahmachari, Swami Dharendra. 1970. *Yogāsana Vijñāna. The science of yoga*. Nuova Delhi, Asia Publishing House.

Brahmachari, Swami Dharendra. 1973. *Yoga. Yogic Sūksma Vyāyāma*. Nuova Delhi, Indian Book Company. [Prima edizione in inglese, 1965].

Claiborne, William L. 1970. *Yoga students set India trip for drug study*. «The Washington Post», dicembre 23, B2.

Fisher, Mary Pat. 1992. *Everyday miracles in the House of God. Stories from Gobind Sadan, India*. Nuova Delhi, Gobind Sadan.

Gray, Brett. 1970. *World must purify self soon, yoga warns*. «Orlando Sentinel», maggio 31.

Hampton, Edna. 1968. *Yoga's challenges and promises*. «The Globe and Mail», novembre 28.

Khalsa, Gurucharan Singh. 1975, *Kundalini meditation manual for intermediate students*. Pomona, CA, Kundalini Research Institute Publications.

Khalsa, Gurucharan Singh, e Rama Kirn Singh. 1976. *Yoga. The origins and development of yoga and the science of Kundalini Yoga as taught by Yogi Bhajan*. «Kundalini Quarterly», estate, 2-8.

Khlasa, Gurutej Singh. 1995. *Khalsa is born in the west*. In *The history of Sikh Dharma of the Western Hemisphere*, ed. Shanti Kaur Khalsa, 1-25. Espanola, Sikh Dharma International.

Khalsa, Krishna Kaur. 1978. *Guru Guru Wahe Guru Guru Ram Das Guru*. «Sikh Dharma Brotherhood», inverno, 8–9.

Khalsa, Premka Kaur [Pamela Dyson]. 1979. *Early history*. In *The man called the Siri Singh Sahib*, ed. Premka Kaur Khalsa e Sat Kirpal Kaur Khalsa, 15–46. Los Angeles, CA, Sikh Dharma.

Khalsa, Ravi Har Singh. 2011. *Becoming Aquarian. How a book deal changed my sadhana and me*. «3HO Foundation Kundalini Yoga News». 21 luglio. <http://www.3ho.org/ecommunity/2011/07/becoming-aquarian-how-a-book-deal-changed-my-sadhana-and-me-2/>

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 1970a. *High times*. «Beads of Truth», vol. 1, n. 2, marzo.

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 1970b. *Who is Yogi Bhajan?* «Beads of Truth», luglio, 2.

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 1970c. *High times*. «Beads of Truth», settembre.

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 1971a. *High times*. «Beads of Truth», autunno.

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 1971b. *Guru Ram Das Ji's birthday celebration*. «Beads of Truth», autunno, 48.

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 1972. Lecture al Corso Grace of God in Tucson, Arizona, novembre 10.

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 1996. *Kundalini Yoga. The flow of eternal power*. New York, Perigee.

Khalsa, Shakti Parwha Kaur. 2003. *Kundalini postures and poetry*. New York, Perigee.

Khalsa, Shanti Kaur. 2005. *My teacher's teacher*. «Aquarian Times», inverno, 38–41.

Khalsa, Shanti Kaur. 2010. Lecture in Gurdwara, Espanola, New Mexico, 7 agosto. <http://www.justin.tv/hgrd/b/267984720>.

Schneider, Carrie. 2003. Krishna Kaur. In *American yoga. The paths and practices of America's greatest yoga masters*, ed. Carrie Schneider, 68–75. New York, Sterling.

Sharma, Suresh. 1971. *Warrant issued against Yogi*. «Hindustan Times», 19 marzo.

Singh, Bhai Himat. 2009. *A brief biography of Bhai Himat*. 10 dicembre. <http://www.bhaihimat.com/bio1.htm> (accesso: 11 dicembre, 2011).

Singh, Bhai Kirpal [AKA Major Sahib]. 2010. *Major Sahib's own story*. Gobind Sadan USA. <http://www.gobindsadan.org/usa-website/41-gobind-sadan-institute/scholars/131-bhai-kirpal-singh.html> (accesso: 11 dicembre, 2011).

Singh, Ralph. 2008. *A path to follo. Reflections of a student at Gobind Sadan*. Nuova Delhi, Sterling Publishers.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1969. Lecture a Los Angeles, Febbraio 8 [Ristampata in «Beads of Truth», vol. 1, no. 7].

Yogi Bhajan [pseud.]. 1972. *Mantra. From lectures by Yogi Bhajan*. «Beads of Truth», estate, 7.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1983. *Ishnaan, The science of hydrotherapy*. Lecture in località sconosciuta. <http://fateh.sikhnet.com/sikhnet/articles.nsf/7a1578096f5ebe0987256671004e06c4/d2df0b6dc0469952872576fd007d175f!OpenDocument>.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1987. Lecture al Ladies Camp in Espanola, New Mexico, 31 luglio.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1990a. *What it means to be a teacher*. Lecture in Los Angeles, 23 marzo.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1990b. *The meaning of dharma*. Lecture in Los Angeles, 8 aprile.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1995. *Addresses the healers*. Lecture alla Khalsa Chiropractic Association, 2 agosto.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1996a. *What is happiness?* Lecture al corso Master's Touch in Espanola, New Mexico, 20 luglio.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1996b. *The golden rules of a teacher*. Lecture al corso Master's Touch in Espanola, New Mexico, 22 luglio.

Yogi Bhajan [pseud.]. 1999. *The experience of your self*. Lecture a Johannesburg, Sud Africa, 12 dicembre.

Philip Deslippe. Indirizzo: University of California, Religious Studies Department, 4001 HSSB, Santa Barbara, CA 93106-9670, USA. [email: pdeslippe@umail.ucsb.edu]