

# Lo stato di un Siddha

## Condivisione di Swami Apoorvananda

In onore del mese di Baba, che comprende il compleanno di Baba Muktananda, vorrei scrivere dello stato che egli raggiunse, lo stato di Siddha, l'essere perfetto.

Con la grazia del suo Guru, Bhagavan Nityananda, e con una rigorosa pratica di meditazione, Baba giunse a conoscere e a divenire uno con il Sé, la coscienza divina al centro del proprio essere. Questo stato di stabilità nella consapevolezza del Sé, è la meta del sentiero Siddha Yoga. C'è un aforisma negli *Shiva Sutra* che descrive lo stato di un essere che è divenuto uno con il Sé.

Gli *Shiva Sutra* sono uno dei testi sacri dello Shivaismo del Kashmir; Baba ricavò molti insegnamenti da questi testi, specialmente durante il suo terzo tour mondiale, che avvenne tra il 1978 ed il 1981. Baba amava lo Shivaismo del Kashmir, poiché descriveva splendidamente la sua pratica spirituale e la sua realizzazione spirituale.

L'aforisma tratto dagli *Shiva Sutra* dice:

*siddhah svatantrabhāvah*

Un Siddha vive nella totale libertà.

-*Shiva Sutra* 3.13

Il termine sanscrito *siddha* significa "realizzato, compiuto o perfetto". Il termine *siddha* è usato anche per indicare lo yogi o l'essere perfetto che ha realizzato o raggiunto la meta più alta della *sadhana*: la completa unione con il Sé. Baba era un tale Siddha.

Il termine *svatantrabhava* significa "lo stato di totale libertà". *Bhava* significa "stato" e *svatantra* significa "libero, indipendente, o contare solo su se stesso".

*Svatantra* è usato per descrivere la natura della Coscienza. Poiché la Coscienza crea l'universo dal suo stesso essere, per sua volontà, e non si basa su nulla al di fuori di se stessa, è definita *svatantra*.

Pertanto, lo yogi che diviene uno con la Coscienza suprema — grazie alla meditazione o ad altre pratiche spirituali — vive in uno stato di libertà. La libertà è la sua esperienza costante.

Forse voi stessi avete avuto un barlume di questo stato, in meditazione. Entrate in uno spazio profondo di assorbimento interiore dove vi muovete oltre ogni percezione di tempo o spazio o sensazione fisica. Il vostro essere si sente espanso e leggero. Arrivate a riposare nella vostra consapevolezza innata, che sperimentate come illimitata, gioiosa e libera.

Questo è un assaggio del Sé, della vostra vera natura, e quando uscite dalla meditazione, portate quella libertà con voi nelle vostre attività quotidiane, almeno per un po' di tempo.

Un Siddha dimora, in modo permanente, in questo stato di libertà e gioia. E questo stato gli consente di impegnarsi pienamente nei doveri della vita di tutti i giorni — di farlo con energia, entusiasmo e gioia. Ho visto questo con i miei occhi, intorno a Baba, che dispensava la grazia e impartiva gli insegnamenti ogni giorno.

Una cosa che mi commosse tantissimo, la prima volta che incontrai Baba nel 1975 nell'Ashram Siddha Yoga di Oakland, in California, fu che Baba faceva tutto con grande gioia.

Baba sembrava trarre enorme gioia da ogni gesto che compiva, da ogni parola che diceva, da ogni passo che faceva. E osservare la gioia di Baba, a sua volta, suscitava in me grande contentezza.

*siddhah svatantrabhāvah*

Un Siddha vive nella totale libertà.

*-Shiva Sutra 3.13*

Nel suo libro *Nothing Exists That Is Not Shiva* (Nulla esiste che non sia Shiva), Baba commenta questo *sutra*, dicendo che per ognuno di noi ci sono due possibilità. Una è vivere in uno stato limitato o contratto, ignari della nostra vera natura. L'altra è raggiungere lo stato di assoluta libertà che viene dall'unione con il Sé.

Baba poi descrive come una persona realizza la libertà del Sé. Baba dice:

Per grazia del Guru, la Shakti interiore di una persona viene risvegliata tramite il processo di *shaktipat*. Dispiegandosi, la sua Shakti lo colma di coscienza ed egli gradualmente si libera dalle brame e dai desideri, dall'attrazione degli organi di senso e da tutti gli stati limitati. Egli realizza l'unione totale con il Sé supremo. <sup>1</sup>

Se avete ricevuto l'iniziazione *shaktipat* da Baba o Gurumayi, magari riscontrate che queste parole richiamano la vostra stessa esperienza della meditazione Siddha Yoga.

Ad esempio, in meditazione, potreste aver percepito la Kundalini Shakti risvegliata, l'energia divina, espandersi e riempire tutto il vostro essere, purificandovi dall'interno.

O forse avete sperimentato un grande appagamento che sorge dall'interno, dal Sé, quando praticate la meditazione. Molte persone scoprono che, quando possono accedere alla fonte interiore dell'appagamento, il loro attaccamento a certi desideri esteriori svanisce in modo naturale.

Ho scoperto che, nel tempo, continuando ad assorbire la mia consapevolezza nello spazio interiore della Coscienza, sono arrivato a spostare il mio senso d'identità dalla mente al Sé. Quando nella mia mente nascono pensieri limitanti, so che essi non sono me, e posso lasciarli andare. Questo cambiamento di percezione su chi sono io mi stabilizza nella verità.

Queste parole di Baba ci forniscono una mappa del viaggio interiore e una descrizione della nostra meta. Sono un invito a impegnarci nella pratica della meditazione, e a divenire stabili nella libertà del Sé, nella libertà che Baba incarnava.

Buon compleanno di Baba!



© 2019 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

---

<sup>1</sup> Baba Muktananda, *Nothing Exists That Is Not Shiva* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1997), p. 43.