

Un tempo di esplorazione interiore

Divya Diksha di Baba Muktananda

di Eesha Sardesai

Il 15 agosto celebreremo la Divya Diksha di Baba Muktananda, l'anniversario del giorno del 1947 in cui Baba ricevette l'iniziazione shaktipat dal suo Guru, Bhagavan Nityananda. Fu un momento di svolta – certamente per Baba nella sua *sadhana*, come egli stesso racconta nella sua autobiografia spirituale *Il gioco della Coscienza*, ma anche per ogni persona che negli anni e decenni successivi avrebbe seguito il sentiero del Siddha Yoga. Il dono di *shaktipat* che Bade Baba fece a Baba aprì la strada alla successiva creazione del sentiero del Siddha Yoga da parte di Baba.

Se avete letto quanto ho scritto dall'inizio di agosto, sapete che Gurumayi ha indicato la meditazione e il *mantra japa* come nostre pratiche centrali di questo mese. È un'indicazione che possiamo applicare alla celebrazione di ogni festività di agosto.

In riferimento al Punyatithi di Bade Baba della scorsa settimana, ho scritto sulla poesia di Gurumayi *Un tempio senza forma*, e su come il mondo che ci circonda possa essere fonte d'ispirazione per le nostre pratiche di meditazione e *mantra japa*. Ora, mentre ci prepariamo per la Divya Diksha di Baba Muktananda, possiamo portare questa esplorazione *dentro di noi*. Baba esortava i cercatori a esaminare le profondità del mondo interiore, spiegando che la nostra percezione ed esperienza del mondo esterno sono direttamente correlate a ciò che siamo arrivati a conoscere di noi stessi. Baba diede questo simbolico insegnamento:

Medita sul tuo Sé.

Onora il tuo Sé.

Comprendi il tuo Sé.

Dio dimora in te come te.

A seconda del contesto, Baba ha dato versioni leggermente diverse dell'insegnamento. Per esempio, a volte includeva la frase "Adora il tuo Sé". Fondamentalmente però il significato era lo stesso. *Vai dentro di te. Vai all'interno.* Tra il 1970 e il 1981, Baba fece tre tour mondiali e parlò della sua intenzione di creare una "rivoluzione della meditazione". Mi ha sempre affascinato questa frase. *Rivoluzione* è una parola che tendiamo ad associare al cambiamento *esteriore*. È l'insieme delle azioni che le persone intraprendono per realizzare il cambiamento che desiderano vedere nella loro vita, nelle loro società, nel loro paese e nel mondo intero.

Da tali rivoluzioni sono scaturiti cambiamenti straordinari, radicali, a volte tumultuosi. L'India, ad esempio, ottenne l'indipendenza proprio lo stesso giorno in cui Baba ricevette *shaktipat*: il 15 agosto 1947. Che cosa significa, allora, che la rivoluzione avvenga *all'interno*? La mia comprensione di ciò che Baba ha insegnato è che quel cambiamento debba avvenire anche nel cuore dell'uomo. In effetti, è proprio *questo* il cambiamento più duraturo: la trasformazione che avviene quando le persone vedono la divinità al loro interno e iniziano a riconoscere quella stessa divinità negli altri. In precedenza ho scritto del desiderio di Gurumayi che tutti noi "rendiamo questo mondo un paradiso migliore". Per farlo, dobbiamo partire da noi stessi.

Come indica Baba nel suo insegnamento, possiamo praticare la meditazione sul Sé. Possiamo anche praticare *mantra japa*. Quando Baba diede a Baba Muktananda l'iniziazione di *shaktipat*, gli impartì il mantra *Om Namah Shivaya*. In seguito, Baba avrebbe impartito questo stesso mantra a migliaia di cercatori in tutto il mondo. Quando ripetiamo questo mantra, che è colmo della grazia del Guru, stiamo invocando il nostro Sé interiore. Stiamo dicendo: "Om. Mi inchino a Shiva, il Sé di tutti, il Sé interiore".

Baba parlò spesso del potere della ripetizione del mantra e del suo legame con la meditazione. Possiamo ora rivolgerci alle parole di Baba, mentre ci dedichiamo a entrambe queste pratiche in onore della sua Divya Diksha.

"Il mantra", dice Baba, "ti porta nel luogo della meditazione. È la voce dell'anima. È solo durante la *sadhana*, mentre pratichi le discipline spirituali, che un mantra è

semplicemente un mantra, un insieme di parole. Quando comincia a dare i suoi frutti, esso è il Signore supremo stesso; sei tu”¹



© 2026 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ Baba Muktananda, *What Is An Intensive?* 2^a ed. [S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1995), pag. 13.