

Insegnamenti intramontabili di Baba Muktananda

Se non riuscite a sopportare l'avversità, la gioia rimarrà lontana.

~ Baba Muktananda

Spiegazione di Ganesh Rajamani

Nel cammino spirituale l'avversità non è un ostacolo alla serenità; spesso è proprio il trampolino di lancio che ci conduce ad essa. Baba Muktananda insegna che senza la capacità di sopportare, la gioia rimane irraggiungibile. Questa resistenza non è uno stato passivo; richiede un consapevole cambiamento interiore nella coscienza. La *Bhagavad Gita* chiarisce questo concetto sottolineando che tutte le esperienze sono transitorie.¹ Le sensazioni di dualità, come dolore e piacere, sono transitorie: appaiono e scompaiono come il mutare delle stagioni. Riconoscendo che i periodi di avversità sono fondamentalmente temporanei, possiamo distaccarci dall'intensità del momento e rivolgere la nostra attenzione all'interno. In questo spazio interiore, *gurusmaran* — il ricordo tenero e gioioso del Guru — ancora la mente nella quiete lasciando affiorare una dolce gioia, non come sostituzione del dolore, ma come una realtà più profonda scoperta attraverso di esso. Man mano che il cuore si riempie di serenità, l'avversità perde il suo potere di turbarci, e veniamo attratti sempre più profondamente verso la presenza divina che è in noi. Sopportare con la giusta consapevolezza significa rendersi conto che la gioia che cerchiamo è sempre esistita dentro di noi. Vive salda e integra dietro ogni tempesta, in attesa solo di essere ricordata. Quella è l'esperienza di gioia in cui dobbiamo cercare di radicarci.



© 2026 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ Si veda, per esempio, *Shrimad Bhagavad Gita*, 2.14.