

# Les enseignements intemporels de Baba Muktananda

Il y a un océan de paix dans le cœur de chaque personne.

~ Baba Muktananda

## Explications par Oscar Figueroa

L'océan a un pouvoir enchanteur, presque hypnotique – une formidable masse d'eau, sonore, pleine de vie, où des vagues ne cessent de se lever et de se dissoudre. En contemplant cette merveille naturelle, on ne peut s'empêcher d'éprouver du respect et de l'admiration. Pourtant, c'est peut-être au-dessous des vagues puissantes et incessantes que se trouve la véritable merveille : la paix suprême des profondeurs de l'océan. En employant cette image, une métaphore classique qu'on trouve dans les Upanishads<sup>1</sup>, et en l'associant à chacun de nous, Baba Muktananda nous rappelle qu'au cœur de ce qui se caractérise par les fluctuations et l'impermanence, nous pouvons toujours trouver la tranquillité. Nous pouvons toujours trouver l'océan profond et imperturbable du Soi. L'enseignement de Baba nous conduit au-delà de l'inconstance de la vie terrestre et des multiples couches de notre personnalité extérieure, pour nous permettre de découvrir l'état de quiétude absolue qui est notre nature la plus authentique. Avec le soutien subtil et puissant des pratiques du Siddha Yoga, les paroles de Baba peuvent nous conduire à demeurer dans cette paix – notre demeure naturelle.



© 2026 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.

---

<sup>1</sup> Voir, par exemple, *Chandogya Upanishad* 6.10.