

Insegnamenti intramontabili di Baba Muktananda

C'è un oceano di pace nel cuore di ogni persona.

~Baba Muktananda

Spiegazione di Oscar Figueroa

L'oceano ha un potere incantevole, quasi ipnotico: un'imponente e fragorosa massa d'acqua, ricolma di vita, in cui le onde si sollevano e si dissolvono senza sosta. Di fronte a questa meraviglia della natura, non si può che provare rispetto e ammirazione. Eppure, sotto quelle imponenti e impetuose onde, si trova forse la vera meraviglia: la pace assoluta delle profondità oceaniche. Dandoci questa immagine – una classica metafora che ritroviamo nelle Upanishad¹– e correlandola a ciascuno di noi, Baba Muktananda ci ricorda che, al cuore di ciò che è caratterizzato da fluttuazione e impermanenza possiamo sempre trovare la quiete. Possiamo sempre ritrovare l'imperturbabile, profondo oceano del Sé. L'insegnamento di Baba ci orienta ad andare oltre le incostanze dell'esistenza terrena e i molteplici strati della nostra personalità esteriore, affinché possiamo scoprire lo stato di tranquillità che è la nostra natura più autentica. Col sostegno delicato e potente delle pratiche Siddha Yoga, le parole di Baba possono condurci a dimorare in quella pace: la nostra casa naturale.



© 2026 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ Si veda, ad esempio, *Chandogya Upanishad* 6.10.