

Insegnamenti di Baba Muktananda

Sul sentiero del Siddha Yoga, il mese di ottobre è dedicato a ricordare e onorare Baba Muktananda, la sua vita straordinaria e la sua eredità. Fu in questo mese che la vita di Baba culminò con il *mahasamadhi*, la grande unione con la Coscienza suprema.

Fin da piccolo, Baba fu mosso dal profondo desiderio di conoscere Dio. Si dedicò alla *sadhana*, la pratica spirituale, cercando di raggiungere l'unione con il divino che esiste in tutti i cuori. Con la purezza del suo sforzo personale e la grazia di Bhagavan Nityananda, il suo Maestro spirituale, Baba divenne un Guru del Siddha Yoga, con il potere di risvegliare gli altri attraverso il dono dell'iniziazione *shaktipat*.

Il sentiero Siddha Yoga è unico, perché è animato da *shaktipat*, il risveglio del potere interiore del cercatore, Kundalini Shakti, per grazia del Guru Siddha Yoga. Una volta che la Kundalini è stata risvegliata, la meditazione diventa naturale e facile. Il potere interiore guida e sostiene i nostri sforzi per andare oltre i limiti della mente condizionata, verso la conoscenza del Sé più profondo, la pura Coscienza.

Quando leggi gli insegnamenti di Baba, rifletti su ciò che impari dalle sue parole, che possa migliorare lo studio e la pratica della meditazione.

