

# Introduction

## par Swami Akhandananda

La mission de Baba Muktananda dans ce monde était de transmettre la connaissance du Soi et d'éveiller les gens à leur divinité. Au cours de ce mois consacré à honorer le Mahasamadhi de Baba, je vous invite à étudier des commentaires sur quatre enseignements sublimes de Baba sur l'art de vivre dans la conscience du Soi.

La compréhension du Soi et la connaissance des moyens de percevoir le Soi sont au cœur des enseignements de Baba. Baba ne cessait de répéter aux chercheurs : si vous connaissez votre Soi, vous avez atteint le but le plus élevé de la vie humaine.

Quelle est votre compréhension du Soi ? Comment en faites-vous l'expérience ?

Baba enseignait que les chercheurs doivent être absolument clairs à la fois sur ce qu'est le Soi et sur les moyens d'en faire l'expérience. Cette connaissance est essentielle pour vivre une vie accomplie – une vie qui rayonne de joie et de bonté même dans les périodes difficiles.

Pour acquérir cette connaissance du Soi, vous devez faire quelque chose. La *Brihadaranyaka Upanishad* parle des efforts délibérés que doit faire un chercheur pour que cette connaissance devienne vivante en lui. Les sages des Upanishads enseignent que, tout comme l'huile est inhérente aux graines de sésame mais que des moyens appropriés doivent être mis en œuvre pour l'extraire, la félicité du Soi, même si elle est déjà présente en nous, ne peut être éprouvée que grâce à un effort approprié.

Quel est donc l'effort qu'il vous faut accomplir ? Dans la *Brihadaranyaka Upanishad*, le sage Yajnavalkya affirme que pour réaliser que le Soi extatique est votre véritable nature, vous devez étudier les paroles du Guru, y réfléchir, les appliquer et méditer sur elles. Grâce à ces moyens traditionnels, vous pouvez vous ancrer dans le Soi et en faire une expérience vécue.

Je suis heureux de vous annoncer que vous pouvez lire et étudier des commentaires sur quatre enseignements de Baba concernant l'art de maintenir la conscience du Soi dans toutes les circonstances de la vie. Ces commentaires sur les enseignements de Baba, écrits par des enseignants de méditation Siddha Yoga, vous guideront pour aborder et découvrir la signification profonde contenue dans chacune des paroles de Baba. Cela vous aidera à saisir toute la portée de la connaissance que transmet Baba. Les commentaires vous aideront aussi de façon concrète à mettre les enseignements en application dans votre vie quotidienne.

Chacun des enseignements du Guru est comme une semence contenant la connaissance suprême ; chacun transmet le pouvoir de la grâce du Guru.

Par votre effort d'étude, vous affinez votre conscience et devenez réceptif à la grâce et à la connaissance que le Guru transmet par ses enseignements. En vous livrant à cette sublime alchimie qu'est l'étude des paroles du Guru, la sagesse du Soi s'épanouit en vous.

