

Introduzione

di Swami Akhandananda

La missione di Baba Muktananda in questo mondo fu quella di trasmettere la conoscenza del Sé e risvegliare le persone alla propria divinità. Durante questo mese, dedicato ad onorare il Mahasamadhi di Baba, vi invito a studiare i commenti dedicati a quattro insegnamenti sublimi di Baba su come vivere nella consapevolezza del Sé.

La comprensione del Sé e la conoscenza dei mezzi per sperimentare il Sé sono le colonne portanti degli insegnamenti di Baba. Baba diceva in continuazione ai cercatori che se si conosce il proprio Sé, allora si è raggiunto lo scopo più elevato della vita umana.

Quale è la vostra comprensione del Sé? Come lo sperimentate?

Baba insegnava che i cercatori devono avere una chiara visione di che cosa sia il Sé e dei mezzi per sperimentarlo. Questa conoscenza è essenziale per vivere una vita appagante — una vita che risplenda di gioia e bontà anche nei momenti difficili.

Per ottenere questa conoscenza del Sé, avete bisogno di fare qualcosa.

La *Brihadaranyaka Upanishad* parla dello sforzo concertato che un cercatore deve fare perché questa conoscenza prenda vita in lui. I saggi delle Upanishad insegnano che proprio come l'olio è all'interno dei semi di sesamo ma ci vogliono degli strumenti adeguati per estrarlo, così anche la beatitudine del Sé, sebbene sia già dentro di noi, può essere sperimentata soltanto con il giusto sforzo. Qual è allora lo sforzo che dovete fare? Nella *Brihadaranyaka Upanishad*, il saggio Yajnavalkya afferma che per realizzare la beatitudine che è la vostra vera natura, dovete studiare, riflettere, praticare, e meditare sulle parole del Guru. Attraverso questi mezzi, di lunga tradizione, potrete vivere stabilmente nell'esperienza del Sé.

Sono felice di dirvi che potete leggere e studiare dei commenti su quattro insegnamenti di Baba incentrati su come mantenere la consapevolezza del Sé in tutte le situazioni della vita. Questi commentari sugli insegnamenti di Baba, scritti da insegnanti di meditazione Siddha Yoga, vi guideranno ad avvicinarvi e a scoprire la profondità del

significato contenuto in ogni parola di Baba. Questo vi aiuterà a cogliere pienamente la conoscenza che Baba trasmette. I commenti vi guideranno anche ad applicare concretamente gli insegnamenti nella vita quotidiana.

Ciascun insegnamento del Guru è come un seme che contiene la conoscenza più elevata; ciascuno possiede il potere della grazia del Guru.

Grazie allo sforzo del vostro studio, raffinate la vostra consapevolezza e vi aprite a ricevere la grazia e la conoscenza che il Guru impartisce con i suoi insegnamenti. Impegnandovi in questa sublime alchimia dello studio delle parole del Guru, la saggezza del Sé sboccia dentro di voi.



© 2022 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.