

Meditazione sulle parole di Swami Muktananda

Satsang Siddha Yoga in onore della Pasqua

di Eesha Sardesai

Gratitudine per la vita

Nel brano del *Gioco della Coscienza* che è stato letto durante il *satsang* Siddha Yoga in onore della Pasqua, Baba Muktananda racconta la storia di un santo che si stava avvicinando alla morte. All'inizio del brano Baba scrive:

[Il santo] sapeva quando sarebbe morto e quando giunse il momento radunò tutti intorno a sé, chiese le loro benedizioni, il loro perdono e li ringraziò. Poi si inchinò alle quattro direzioni, ai cinque elementi e al suo Guru, il dispensatore di saggezza.¹

Trovo questa descrizione molto commovente. Credo che ci sia molto che possiamo capire sul santo e su come abbia vissuto la sua vita, da ciò che scelse di fare dopo aver appreso della sua morte imminente. Non si lamenta del suo destino; non si lancia in una corsa contro il tempo, affannandosi a vedere e fare tutto il possibile prima di lasciare questa terra. Usa i suoi ultimi istanti per esprimere gratitudine. Per me, questo indica che il santo aveva raggiunto un appagamento interiore vero e duraturo, che era in pace con la sua vita. Inoltre mostra la sua profonda umiltà.

Dubito un po' che la vita di quel santo sia stata tutta "rose e fiori". Se avete letto le vite dei santi — praticamente di qualsiasi tradizione —, saprete che è altamente improbabile. Nel *Gioco della Coscienza*, Baba racconta che molti dei santi incontrati durante i suoi viaggi in India possedevano ben poco, esteriormente. Baba ci dice, ad esempio, che il grande Siddha Zipruanna viveva "in case e capanne fatiscenti, lontano dai villaggi"². Il santo onnisciente Hari Giri Baba indossava un assortimento di abiti raffinati, eppure trascorreva le giornate vagabondando lungo le rive dei fiumi e si procurava il cibo chiamando chiunque gli capitasse a tiro, chiedendogli di dargli qualcosa da mangiare.³

Per il solo fatto di essere un umano in questo *samsara*, in questo oceano della mondanità, il santo di cui Baba parla in questo brano deve avere incontrato numerose difficoltà; per non parlare delle ulteriori sfide che il suo particolare percorso di vita gli avrà presentato. Eppure le sue parole non contengono alcun risentimento, alcuna traccia di pretese.

Possiamo imparare da questo. Quando rinunciamo alle nostre pretese sulla vita, alle nostre aspettative che essa appaia e sia in un certo modo, credo che allora abbiamo maggiori possibilità di sperimentare l'abbondanza che questo mondo ha da offrire. Siamo nati dalla materia di questo universo, dalla combinazione di suoi elementi distinti. In tali elementi alla fine ci fonderemo di nuovo. E se considerassimo come un dono tutto ciò che accade in mezzo: questa vita gloriosa e misteriosa, con tutti i suoi alti e bassi? Non come una promessa, non come un pagamento che ci è dovuto, ma come un'opportunità? È qualcosa su cui rifletto dal *satsang* in onore della Pasqua, e ancor di più dopo aver riletto la storia di Baba "Il valore di una nascita umana" che è stata recentemente pubblicata sul sito web del sentiero Siddha Yoga.

Nel suo libro *Courage and Contentment*, Gurumayi chiede: "Camminate sulla terra con leggerezza o pesantezza?"⁴ Penso spesso a questa domanda. E mi induce a formulare più domande, per me stessa e per voi.

In che modo esprime gratitudine per le persone, i luoghi, le circostanze, le cose grandi e piccole della vostra vita? Vi siete presi del tempo per ispirare lo spirito della primavera, per consentire a ogni vostra cellula di essere inondata dal profumo vivificante di questa splendida stagione?



© 2026 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

¹ Swami Muktananda, *Il gioco della Coscienza: Un'autobiografia spirituale*, 3^a ed. (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 2000), pagg. 277-8.

² Swami Muktananda, *Il gioco della Coscienza*, pag. 125.

³ Swami Muktananda, *Il gioco della Coscienza*, pag. 114.

⁴ Gurumayi Chidvilasananda, *Courage and Contentment: A Collection of Talks on Spiritual Life* (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1999), pag. 4.