

# Meditación en las palabras de Swami Muktananda

## *Sátsang de Siddha Yoga en honor de la Pascua*

por Eesha Sardesai

### Gratitud por la vida

En el pasaje de *El juego de la Conciencia* que se leyó en voz alta durante el *sátsang* de Siddha Yoga en honor de la Pascua, Baba Muktananda relata la historia de un santo que se acercaba a su muerte. Al comienzo del pasaje, Baba escribe:

[El santo] había tenido el conocimiento anticipado de su muerte, y cuando llegó el momento, reunió a todos en torno a él, les pidió sus bendiciones y su perdón, y luego les dio las gracias. Después, se inclinó ante los cuatro rumbos, ante los cinco elementos y ante su Guru, el dador de sabiduría.<sup>1</sup>

Esta descripción me parece muy conmovedora. Siento que mucho podemos entrever sobre este santo y sobre cómo llevó su vida, por lo que elige hacer al saber de su muerte inminente. No lamenta su destino; no emprende una carrera contra el tiempo, precipitándose a ver y hacer todo lo que pueda antes de dejar esta tierra. Usa sus últimos momentos para expresar gratitud. Para mí esto indica que el santo había logrado un contentamiento interior real y duradero, que él estaba en paz con su vida. También apunta hacia su profunda humildad.

De algún modo, dudo que la vida del santo haya sido toda de “días soleados y arcoíris”. Si has leído sobre la vida de los santos —prácticamente en cualquier tradición— sabrás que esto es muy improbable. En *El juego de la Conciencia*, Baba habla sobre cómo muchos de los santos que él encontró durante sus viajes por la India, externamente tenían muy poco. Baba nos cuenta, por ejemplo, que el gran Siddha Zipruanna vivía en “casas y chozas en ruinas, lejos de los aldeanos.”<sup>2</sup> El santo omnisciente Hari Giri Baba llevaba una variedad de ropas finas, sin embargo también pasaba sus días vagando a la orilla de los ríos, y obtenía sus comidas llamando a cualquiera que estuviera alrededor, pidiendo que le dieran algo de comer.<sup>3</sup>

Solo por ser un humano en este *samsara*, este mar de la mundanidad, el santo del que habla Baba en este pasaje habría enfrentado muchas dificultades. Por no hablar de cualesquiera desafíos adicionales que pudiera haber traído consigo su sendero particular en la vida. Pero sus palabras no llevaban ningún resentimiento, ninguna traza de soberbia.

Podemos aprender de esto. Cuando abandonamos nuestras exigencias sobre la vida, nuestra expectativa de que se vea y se sienta de cierta manera, creo que entonces tenemos una mejor oportunidad de experimentar la abundancia que este mundo tiene que dar. Surgimos de la materia de este universo, de su combinación específica de elementos. En estos elementos, finalmente, nos fundiremos otra vez. ¿Qué tal si viéramos todo lo que ocurre en medio —esta vida gloriosa, desconcertante, con todas sus cimas y sus valles— como un regalo? ¿No como una promesa, no como un pago que se nos debe, sino como una oportunidad? Esto es algo que he estado contemplando desde el *sátsang* en honor de la Pascua, y mucho más desde la relectura de la historia de Baba “El valor de un nacimiento humano”, que se publicó recientemente en el sitio web del sendero de Siddha Yoga.

En su libro *Valentía y contentamiento*, Gurumayi pregunta: “¿Es ligero o pesado tu paso por la tierra?”<sup>4</sup> Pienso a menudo en esta pregunta. Y me impulsa a hacer *más* preguntas, a mí misma y a ti.

¿Cómo practicas expresar gratitud a las personas, los lugares, las circunstancias, las cosas grandes y pequeñas en tu vida? ¿Te has dado tiempo de inhalar el espíritu de la primavera, de permitir que tus células mismas sean ungidas por el aroma vivificante de esta estación exquisita?



© 2026 SYDA Foundation®. Derechos reservados.

<sup>1</sup> Swami Muktananda, *El juego de la Conciencia. Una autobiografía espiritual*. (México: Editorial Siddha Yoga Dham de México, A. C., 2012), p. 290.

<sup>2</sup> Swami Muktananda, *El juego de la Conciencia. Una autobiografía espiritual*, p. 130.

<sup>3</sup> Swami Muktananda, *El juego de la Conciencia. Una autobiografía espiritual*, p.117 s.

<sup>4</sup> Gurumayi Chidvilasananda, *Valentía y contentamiento. Charlas sobre la vida espiritual*, Editorial Siddha Yoga Dham de México, A. C., 2003), p. 4.