

# Storia su Baba Muktananda

## di Ahalya Norris

Un giorno d'autunno del 1979, mentre Baba stava dando *darshan* durante un *satsang* nell'Ashram Shree Nityananda, ora conosciuto come Ashram Shree Muktananda, mi feci avanti e gli feci una domanda: "Baba, chi dice che questa è la mia faccia, questa è la mia mano, questo è il mio corpo?"

Baba disse: "Risponderò alla tua domanda nel prossimo Intensivo".

Potete immaginare quanto fossi impaziente di iscrivermi all'Intensivo che Baba avrebbe dato alcuni giorni dopo!

Durante l'Intensivo, mi impegnai in tutte le pratiche con tutto il cuore. Ma una parte della mia mente continuava ad aspettare la risposta di Baba alla mia domanda. Egli tuttavia non la menzionò mai.

Nel frattempo, durante una delle sessioni di meditazione, il mio intero corpo cominciò a roteare come una trottola. Stavo avendo una classica esperienza di una manifestazione fisica della *kundalini* risvegliata. Ero colma di beatitudine! Mentre i movimenti fisici avevano il loro corso, divenni simultaneamente consapevole che stavo guardando questi movimenti da un posto al di sopra del mio corpo. Sebbene i miei occhi fossero chiusi in meditazione, stavo testimoniando tutto quello che stava succedendo da uno stato di coscienza senza forma. Ero totalmente consapevole di ogni cosa, senza fare nulla. Nessuno stava tirando i fili.

Dopo l'Intensivo, mentre stavo facendo la valigia e mi preparavo per tornare a casa, ero ancora in quello stato di osservazione e di conoscenza. Le mie mani compivano senza sforzo tutti i movimenti per fare i bagagli, i miei piedi scendevano le scale per uscire dall'edificio, mentre io stavo al tempo stesso testimoniando ogni mio movimento da un posto sopra il mio corpo. "Io", la pura consapevolezza, semplicemente ero.

Avevo chiesto a Baba: “Chi dice che questa è la mia faccia, questa è la mia mano, questo è il mio corpo?” E Baba, fedele alle sue parole, diede la risposta nell’Intensivo. Egli non mi “disse” la risposta, mi diede l’esperienza.



© 2018 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.