

# ANANDA MARGA

# Satsaunga

Mensile di Ananda Marga - Regione di Roma - Dicembre 2007

## **Editoriale**

pag. 2

## **Celebrazioni per l'Anno Nuovo**

pag. 2

## **Capodanno 2008**

pag. 3

## **Cena di finanziamento a Fonte Nuova**

pag. 4

## **Neo-umanesimo e la gioia di vivere ogni attimo - Mondovì**

pag. 5

## **Giornata yogica a Roma**

pag. 6



A **Mondovì' e Roma** due splendide giornate di condivisione. Grande dedizione degli organizzatori, programma vario e coinvolgente, lavoro di squadra e molto, molto amore... Il passaparola funziona e i partecipanti sono entusiasti. Pag. 5-7



La gioia di condividere

## Editoriale

---

Carissimi margii,  
Namaskar! Confido di trovarvi bene.

Nel libro "Namah Shivaya Shantaya", Baba pone la seguente questione: Shiva è un filosofo, una personalità o un dio? E' una questione interessante perché persino in India la vita di Shiva è un mistero e Lui è considerato Dio.

La risposta che Baba dà nel libro è che Shiva fu una grande personalità e che il suo modo di vivere fu una filosofia. Egli continua dicendo che "quando la personalità di un individuo diventa pienamente identificabile con la sua filosofia di vita, tale individuo diventa un dio".

Nello stesso libro Baba dice che "la cosa più grande che le persone possono imparare da Shiva è questa specie di dirittura e semplicità, e insieme a quelle, l'incrollabile dedizione al dovere".

Il 2007 sta velocemente avviandosi alla fine. Dicembre, oltre ad essere un periodo di festività in famiglia, è un momento per riflettere sull'anno che è passato, e per fare nuovi propositi per l'anno nuovo.

Dirittura e semplicità sono qualità direttamente collegate al seguire "Satya" nella propria vita

personale. Conferiscono radiosità mentale e creano una connessione diretta tra il livello causale della mente e la mente conscia. Spesso nelle nostre vite vorremmo raggiungere grandi cose, ma non riusciamo per mancanza di forza di volontà. Dirittura e semplicità rafforzano la volontà e ci permettono di realizzare i nostri ideali. Forse le qualità di dirittura, semplicità e dedizione al dovere possono trovare un posto anche nella nostra personale lista di propositi per il 2008.

Quest'anno, dal 27 al 30 dicembre, condurremo ancora una volta un ritiro intensivo ad Ananda Vipasa, enfatizzando sadhana, kiirtan e servizio sociale. Un'opportunità per ristabilirsi nella propria disciplina spirituale personale entrando nell'anno nuovo.

La celebrazione del Capodanno consisterà in 21 ore di kiirtan, interrotte dal Cenone di fine anno.

Nell'attesa di incontrarvi ad Ananda Vipasa,

Vostro in Lui

*Dada Devavratananda*  
Segretario Regionale

## Celebrazioni per l'Anno Nuovo

---

Siete caldamente invitati alle Celebrazioni per l'Anno Nuovo ad Ananda Vipasa dal 27 dicembre al 1° gennaio.

Quest'anno il programma consisterà di due parti. La prima è un ritiro intensivo dal 27 al 30 dicembre. Questo programma è per chi vuole diventare più stabile nelle proprie pratiche spirituali personali e addentrarsi maggiormente nelle pratiche e nella filosofia di Ananda Marga. Includerà classi e workshop, moltissimo kiirtan e meditazione, momenti di silenzio, servizio sociale e nagar kiirtan.

La seconda parte è la Celebrazione dell'Anno Nuovo dal 31 dicembre al 1° gennaio e compren-

derà 21 ore di kiirtan e la tradizionale cena collettiva.

Il costo del ritiro intensivo è di 55 euro (45 euro per studenti e famiglie).

Il costo del festival dell'Anno Nuovo è di 65 euro (55 euro per studenti e famiglie).

Per chi volesse partecipare all'intero programma il costo è di 110 euro (90 euro per studenti e famiglie).

Trovate dettagli nella locandina a pag. 3.

Vostri in Lui

*Dada Kuinjavihari e Dada Devavratananda*

### Date digiuni di DICEMBRE

4 (mercoledì)	Ekádashii
9 (domenica)	Amávasyá
19 (mercoledì)	Ekádashii
23 (domenica)	Púrnímá



# Capodanno 2008

27 Dicembre - 1° Gennaio Ananda Vipasa

Siete calorosamente invitati alle Celebrazioni per l'Anno Nuovo.

***Danzando nel flusso del Kiirtan, tra le lucine delle candele, mentre i fuochi d'artificio illuminano il cielo sopra il lago di Garda..***

**Quest'anno il programma consisterà in due parti:**

**La prima parte è un ritiro intensivo, dal 27 al 30 dicembre.**

**Includerà classi e workshop, moltissimo kiirtan e meditazione, momenti di silenzio, servizio sociale e nagar kiirtan.**

**La seconda parte è la Celebrazione dell'Anno Nuovo dal 31 dicembre al 1° gennaio e comprenderà 21 ore di kiirtan e la tradizionale cena collettiva.**

Il costo del ritiro intensivo è di 55 euro (45 euro per studenti e famiglie).

Il costo del festival dell'Anno Nuovo è di 65 euro (55 euro per studenti e famiglie).

Per chi volesse partecipare all'intero programma il costo è di 110 euro (90 euro per studenti e famiglie).

## **Come arrivare:**

**In treno:** Arrivare alla stazione di Domegliara, sulla linea Verona - Bolzano (prima fermata).

Telefonate in anticipo allo 045-6845059 e vi verremo a prendere.

**In auto:** Se arrivate da est (es: Venezia) da ovest (es: Milano) o da sud (es: Bologna) pendente l'uscita dell'autostrada Verona Nord e proseguite sulla tangenziale per Trento. Alla fine della tangenziale (15 km ca), arrivati ad una rotatoria, prendete per Sant'Ambrogio di Valpolicella. Arrivati alla rotatoria di S. Ambrogio, prendete a destra sulla SP33c e dalla chiesa proseguite per 4,8 Km. Sulla destra troverete una vecchia cabina dell'Enel e un cartello con scritto Coop OASI. Parcheggiate e salite la stradina.

## **MASTER UNTT Ananda Vipasa (Cooperativa OASI)**

**Via Brolazzo, 3 - 37010 S. Ambrogio Valpolicella (VR)**

**Tel: +39 045/6845059 - 340.5008456 [ananda-vipasa@libero.it](mailto:ananda-vipasa@libero.it)**

# AMURT FONTE NUOVA

**Lunedì 17 Dicembre 2007**

**Ore 20.30**

## **Cena di Finanziamento Progetto Clinica Akwakwaa Ghana**

*AMURT ITALIA* ha la visione di una società mondiale più giusta, in cui il benessere sia diffuso, la ricchezza distribuita e il rapporto con l'ambiente equilibrato. In termini culturali AMURT fa riferimento al vasto patrimonio ideale di *ANANDA MARGA*, movimento spirituale che si ispira al Tantra Yoga.

Le missionarie *Didi Ananda Vinambra* e *Didi Ananda Shanta* ringraziano di cuore, le unità di Fonte Nuova Roma.

I fondi inviati dopo la festa dei vegetariani -maggio 2007- hanno permesso alla clinica di Akwakwaa di comprare altri letti, per la nuova area.



**Serata di Beneficenza Lunedì 17 Dicembre ore 20.30 presso:**

**“La Nostra Pizzeria” Via V. Alfieri, 10 - Fonte Nuova**

**“Buffet latteo - vegetariano” € 13,00**

**Prenotazione: Liila 340.1277974**



## Seminario "Neo-umanesimo e la gioia di vivere ogni attimo!"

17 Novembre, Mondovì



Tra Yoga, pranzo vegetariano, Neo-Umanesimo, teatro, giochi, allegria e molte molte risate, ci siamo ritrovati il giorno 17 novembre -- un sabato pieno di sole e di freddo, tipici dell'autunno piemontese -- con un gruppo di 25 persone curiose e ispirate, per ascoltare e sentire quello che la didi Ananda Tapatii aveva da offrirci!!!



Abbiamo iniziato il seminario con una lezione di asanas, per preparare il nostro corpo e rilassare la nostra mente per la interessante giornata che ci attendeva!

In un modo semplice, diretto e pratico, utilizzando il teatro come forma espressiva, abbiamo prima discusso sul Neo-Umanesimo; poi abbiamo imparato a riconoscere i nostri geo-sentimenti più nascosti, i nostri socio -sentimenti, e l'importanza di trascendere queste limitazioni, per creare una società veramente Neo-Umanista, dove non esistono barriere culturali,



nazionalismi, e tanti altri "-ismi" che ci impediscono di sentire che siamo tutti quanti parte di questa creazione. Una Società Umana.



Attraverso la riso-terapia, con giochi e risate, tutti noi abbiamo riscoperto il nostro bambino interiore, scherzando e ridendo molto, moltissimo! Al termine ci siamo sentiti tutti con il cuore e l'anima piena di amore ed allegria, con la consapevolezza di dover nutrire la nostra anima, un po' tutti i giorni.



Speranza, allegria, amore.... quello che tutti hanno sentito alla fine di questo giorno meraviglioso!

Namaskar!

*Anudhyana & Prakash*



## Giornata yogica a Roma

Namaskar cari tutti,

riporto qualche commento riguardo lo scorso sabato 24 novembre, giornata romana con un super programma dedicato a yoga e non solo...

Un insieme di eventi che hanno entusiasmato i presenti (numero indefinito, la jagrti sembrava esplodere!). Ogni volta che si lavora insieme per Lui, il sentimento di condivisione e unione ci fa realmente sentire un'unica famiglia.

Grazie a Govinda che è stato promotore e organizzatore dell'evento.

Se volete vedere altre foto:

<http://www.flickr.com/photos/7759655@N02/>

Se volete essere informati sulle attività romane: [www.anandamargaroma.it](http://www.anandamargaroma.it)

<http://yoga.piuchepuoi.it/>

(rubrica veramente ispirante, gestita da Govinda)

*Phullara*



..che meraviglia!!! Ermanno (l'attore) è rimasto colpitissimo, il giorno dopo mi ha chiamato dicendo sul kiirtan: "non so cosa ho cantato, ma di sicuro mi ha fatto bene e non riesco al levarmi dalla testa né la melodia né le parole!" Beh... non aggiungo commenti.

*Jyoti*



Ciao Guido (Govinda), sabato è stata proprio una giornata speciale. Sono stata veramente felice di avervi partecipato, ogni momento è stato ispirante e soprattutto si è avvertito come un grande senso di unione e condivisione, sia dal momento iniziale del massaggio plantare, alla meditazione guidata, fino alle poesie e canti.

Grazie ancora

*Francesca*



Namaskar,

c'è stato un bel lavoro di squadra, la jagrti è stata vissuta al massimo delle sue potenzialità, il programma culturale sempre appassionante... (mi sono proprio commosso al finale "a tre" della recitazione delle poesie.. e non solo) così volevo cogliere l'occasione per ringraziarvi (messi in ordine alfabetico). Mi sarò sicuramente dimenticato qualche motivo (aggiungeteli pure voi), spero di avervi/li citati tutti...

Grazie a Amal, classe di asana's professionale e simpatica, in condizioni estreme (26-30 persone nella sala spalmate e incastrate tra loro)... presente.

Grazie a Amita, che ha accompagnato Mala e Bhaskar e ha permesso loro di essere con noi sino all'ultimo (anche Mahendra?)... che ha aiutato nella gestione della cassa.

Grazie a Bhakti... che lasagne!! senza parole. E poi il seitan (quando gli ho detto che eravamo in 50 era ancora più contenta... "che bello!... a me piace proprio cucinare per le persone...")

Grazie a Bábá. Lui non manca mai... con il Suo Amore.

Grazie a Bhaskar, per la sua splendida insegna... pronta al momento giusto...

Grazie a Cecilia e Sara (nuove corsiste) che hanno dato una mano nella sistemazione della sala quando necessario.

Grazie a Cristian che si è offerto per aprire lo spettacolo con la sua intrigante esibizione con la chitarra acustica.



Grazie a Dada Devavratana, sempre presente e puntuale, bella conferenza, veramente simpatico nelle risposte (ancora lo vedo lì che sta scavando...), per aver anche organizzato la parte "africana", che ha dato quel sapore di universalità che apre sempre il cuore.

Grazie a Dada Karunamaya, che all'ultimo ha voluto dare il suo contributo artistico... pronto a cucinare, pulire e fare tutto ciò che era necessario.



Grazie ad Ermanno e Gioia, amici di Jyoti, con la loro ottima recitazione.

Grazie a Giglio che ha aiutato nella sistemazione della sala durante la festa.

Grazie a Jiivendra che si è prestato alle riprese (e anche queste le mettiamo sul sito? Ma l'hai fatto tu il dolce tiramisù?)

Grazie a Jyoti, per le sue preparazioni culinarie, i suoi risi (pure vegan) di supporto extremis, e la sua dedizione artistica di tono ed effetto.

Grazie a Kaoverii, presente e di supporto.



Grazie a Laliita e Bharati per la loro presenza.

Grazie a Letizia (il suo nome spirituale non me lo ricordo) e Uma-Sara che hanno dato un tocco di gioia in più (e anche qualche urletto...)

Grazie a Mahendra che con Viirendra ha montato pure lui l'insegna della Jagrti.

Grazie a Mahima, per la sua bella esposizione professionale, la capacità di ispirare tutto il gruppo e anche i loro piedi, per aver aiutato nella pubblicità dell'evento...

Grazie a Mala, per le sue squisite 150 polpette di soia, e anche lei pronta e presente al servizio cucina.

Grazie a Maunoranjan (ma come si scrive?), che ha dimostrato la sua stoffa di suonatore e cantante (sei forte), nonostante la febbre.

Grazie a Mukunda, che dal pomeriggio si è dedicato, entusiasmato, ha voluto dare professionalità alla rappresentazione artistica (ha tutto registrato, e il CD è quasi pronto...).

Grazie a Phullara, ottimi e tanti i dolci (ma il tiramisù di chi era? tuo?), presente e pronta ad ulteriori aiuti...

Grazie a Prashanta, altro ospite "straniero" gradito, presente al programma culturale.

Grazie a Rosa Maria detta Romi, new entry, che ha preparato un ottimo primo di riso (raffreddatissima è arrivata dicendo "non so proprio che sapore abbia"... brrrr...).

Grazie a Rukmini che nonostante non sia potuta venire si è preoccupata di comprare e portare succhi, acqua, piatti e bicchieri... per aver preparato la bellissima locandina.

Grazie a Rupalii, con la sua voce incantevole... e da star ;-)

Grazie a Shukla, perché si è veramente offerta completamente nell'aiuto del servizio cucina, nonostante fosse ospite oramai "straniera" (sigh), anche per aver aiutato nella sistemazione e pulizia del dopo festa.

Grazie a Sindhu che nonostante la pancia (e che bella pancia!) è stata tanto presente anche lei nel servizio cucina.

Grazie a Sukrti, anche lei ospite "straniera", prima ad arrivare, pronta a pulire la Jagrti prima dell'inizio, pronta a servire tutti.

Grazie a Viirendra che ha montato l'insegna prima dell'evento nel giusto tempo, che si è occupato di supportare la cucina con pane, insalata e acqua.

Grazie a Viinay, esperto nei cavoli e patate (cavoli e patate pronti anche per la prossima cena naturalmente), di aiuto anche nel servizio.

Parama Piita Baba Ki..! Jay!

In Lui

*Govinda*