

Satsaunga

Mensile di Ananda Marga - Regione di Roma - Febbraio 2008
www.anandamargaitalia.it

Editoriale

pag. 2

Ritiro di Primavera

pag. 3

Ritiro a Fiesch

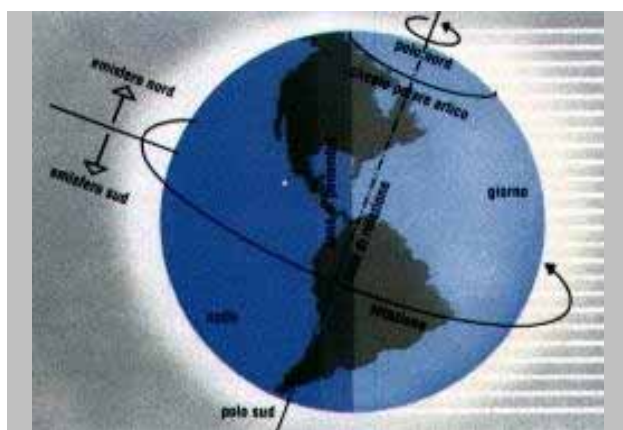
pag. 4

Kiirtan sotto la neve!

pag. 5

Lo spostamento dei poli

pag. 5



Lo spostamento dei poli magnetici



Kiirtan sotto la neve

Editoriale

Carissimi margii, Namaskar!

In un discorso Baba dice:

“Persone diverse hanno diversi samskara: alcune possiedono le vr̥tti della rabbia, della vergogna o dell’odio mentre altre sono vittime della paura o degli attaccamenti. A causa delle variazioni nei samskara, ci sono differenze nella natura degli esseri umani. Alcuni sono calmi e amanti della pace per loro natura, alcuni sono onesti e altri disonesti. Alcuni sono creativi dal punto di vista artistico e sognano di imitare grandi poeti come Rabindranath Tagore e Milton, mentre altri sognano di navigare i sette mari e di scoprire nuove terre come Colombo o Vasco da Gama.

Le differenze di pensiero, di idee, di maniere, di abitudini, di abbigliamento e alimentari sono tutte dovute alla diversità dei samskara. Nel momento in cui i samskara individuali scompaiono, la mente perde la propria esistenza e rimane solo l’anima e anch’essa diventa una cosa sola con l’anima universale, come una goccia d’acqua che si immerge nel vasto oceano”.

In questo discorso BABA parla di come la diversità nell’universo abbia avuto luogo a causa del velo di Maya.

Il nostro compito è quello di rimuovere il velo di Maya attraverso il sadhana ed esaurire i nostri samskara durante questo processo. Quello che rimane è un’Unica Entità Suprema.

Continua spiegando che se volesse potrebbe eliminare i samskara di tutti in un solo istante ma che non lo fa perché “fermerebbe l’intero flusso creativo e questo porterebbe alla dissoluzione del mondo”.

“Perché il flusso del Suo gioco divino possa proseguire, non è auspicabile che tutte le entità del vasto universo raggiungano la dimensione Suprema contemporaneamente e non sarebbe neppure il processo naturale. Quindi gli esseri umani devono sforzarsi per ottenere la salvezza individuale. Se Parama Purusa sarà soddisfatto, avranno sicuramente successo”.

Alla fine, il progresso spirituale dipende da quanto si è stati capaci di farGli piacere per mezzo del “sadhana, del servizio e del sacrificio”.

In febbraio si terrà un ritiro per famiglie ad Ananda Vipasa di cui troverete dettagli in questo numero.

Aspettiamo con impazienza il primo ritiro di primavera al sud, a Briatico, in Calabria. Maggiori dettagli sono presenti in questo numero.

Spero di incontrarvi presto in uno dei nostri programmi regionali.

Vostro in LUI

Dada Devavratananda
Segretario Regionale

**"Il servizio all' umanità con l'ideazione di servire Dio
è un requisito essenziale per il progresso nel sadhana."**

Shrii Shrii Anandamurti

Date digiuni di FEBBRAIO

1 (Venerdì)	Ekádashii
6 (Mercoledì)	Amávasyá
16 (Sabato)	Ekádashii
20 (Mercoledì)	Púrnímá

Date digiuni di MARZO

2 (Domenica)	Ekádashii
6 (Giovedì)	Amávasyá
16 (Domenica)	Ekádashii
20 (Giovedì)	Púrnímá

Ananda Marga Italia vi dà un caloroso benvenuto al Ritiro di Primavera a Briatico, in Calabria dal 21 al 24 Marzo 2008.

La primavera è tradizionalmente la stagione del risveglio, della rinascita, e il momento appropriato per ristabilire l'armonia nel proprio corpo.

Saranno 3 giorni indimenticabili immersi nella bellezza di questo posto pittoresco. Vi invitiamo a riscoprire l'equilibrio interiore praticando lo yoga e le sue posizioni fisiche (asanas), meditazione con i mantra, cantando kiirtan pieni di beatitudine e ascoltando classi ispiranti insieme a tutti i nostri amici, viaggiatori dello stesso sentiero spirituale.

Il luogo del ritiro Briatico, è situato a poca distanza da Tropea, è circondato da giardini tropicali e da alberi di pino, oltre la bianca spiaggia che si estende all'orizzonte e che ogni sera è testimone di un spettacolare tramonto, quando il sole scompare dietro Stromboli in un'esplosione di colori.

Gli alloggi saranno in stanze da 2, 3 o 4 persone ciascuna con bagno in camera e con veranda. I cuochi prepareranno delizioso cibo vegetariano.

RITIRO DI PRIMAVERA

21-24 marzo 2008

BRIATICO (Vibo Valentia)

Casa Sacro Cuore

Strada Statale per Tropea

89817 BRIATICO (Vibo Valentia)

Tel. 0963.391192

Come si raggiunge:

In treno: fermata ViboMarina o Vibo-Pizzo o Briatico

In auto: Autostrada A3 Salerno-Reggio Calabria, uscita a Pizzo per chi viene da Nord e proseguire sulla litoranea per Tropea. Uscita S. Onofrio - Vibo Valentia per chi viene da Sud. La casa è sulla destra a 1 Km oltre Briatico.

In aereo: scalo a Lamezia Terme.

Il programma inizia venerdì 21 marzo 08 alle ore 18

La registrazione sarà aperta dalle ore 16

Il programma finisce lunedì 24 marzo 08 dopo pranzo

Prezzi:

Adulti: 149,00 Euro

Studenti e famiglie: 139,00 Euro

Bambini 0-3 Gratis, 4-13 50%

è previsto il 10% di sconto per coloro che prenoteranno prima del 15 febbraio 2008

Le prenotazioni chiudono il 18 marzo 2008

Per prenotare telefonare al numero 047 1885289 (se nessuno risponde lasciare una comunicazione sulla segreteria telefonica)

e versare l'acconto di 50,00 Euro sul c.c. n. 40446840 intestato a Ananda Marga presso l'Unicreditbanca - filiale di Porta Vescovo - Verona

Coordinate IBAN: IT6700200811704000040446840

Codice BIC SWIFT: UNCRITB1M04



Carissimi margi, Namaskar

Siete calorosamente invitati a partecipare al ritiro in Fiesch dal 30 aprile al 4 maggio p.v.

Fiesch, situato fra le altissime cime innevate nelle alpi meridionali della Svizzera, ha un posto speciale nel cuore di ogni Ananda Margi. E' il luogo che Baba ha visitato nel maggio del 1979, facendolo

vibrare per dieci giorni con la Sua presenza fisica. E' stato qui che Baba ha diretto il primo Dharma Maha Cakra fuori dall'India, e in quell'occasione ha accennato al fatto che anche Siva aveva raggiunto le Alpi settemila anni prima.

Siamo quindi fortunati di poter approfittare della vacanza del 1° maggio ed avere l'opportunità di radunarci a Fiesch per condividere quattro giorni in questo santuario.

Abbiamo fatto in modo di riservarci la stessa casa dove Baba stette nel 1979, così come la sistemazione fino a quaranta persone nel Feriendorf, il villaggio olimpico. Il programma prevede storie ed esperienze di Margi e Acarya, molto Kir-tan ed estasiati meditazioni; inoltre, una visita in funivia sulla vetta del ghiacciaio dell'Aletsch (tempo permettendo). La cucina sarà gestita da noi stessi.

Se intendete partecipare, informate per favore prima del 25 marzo gli organizzatori. Siamo impazienti di darvi il benvenuto a Fiesch.

Il Comitato Organizzatore

Arrivo e partenza

Il programma comincerà col Dharma Cakra alle 18.00 di mercoledì 30 aprile e finirà dopo il pranzo di domenica 4 maggio.

Giro sul ghiacciaio dell'Aletsch

Il costo della funivia è di 20 euro a persona e non è incluso nel costo del ritiro.

Cosa portare

Il tempo in questo periodo dell'anno può essere mite e tiepido come l'anno scorso, o potrebbe nevicare come nel 2004; perciò portate dei vestiti che possano adattarsi ad entrambe le condizioni. Oltre a vestiti adatti, portate coperte per la meditazione, scarpe da trekking, strumenti musicali. Coperte e lenzuola sono fornite. Si prega di non portare animali.

Svaggi

Attività gratuite: minigolf, football, volley, basket. Attività a pagamento (col 50% di sconto): piste da bowling, tennis e squash, arrampicata sportiva, pista da skateboard, sauna.

Costo del ritiro

Da mercoledì a domenica: Adulti €155

Da giovedì a domenica: Adulti €139

Bambini fino a 3 anni gratis

Come prenotare

Chiamate lo 0039 0471 88 52 89 o mandate una e-mail a devavratananda@yahoo.com

Per confermare la vostra prenotazione vi sarà richiesto di depositare 50€ per persona presso l'Acarya della vostra regione.

Come arrivare

In aereo: aeroporti di Milano, Ginevra (Genève) e Zurigo (Zurich)

In treno: stazione di Fiesch-Feriendorf. Durata del viaggio: da Milano, 3 ore; da Ginevra, 4; da Frankfurt, 7.

1° tratto: da Ginevra prendete la SBB (Schweizerischen Bundesbahnen) fino a Brig; oppure da Basilea (Basel)/ Zurigo/ Berna, prendete la BLS (Bern-Lotschberg-Simplon Bahn) fino a Brig; oppure da Milano a Brig.

2° tratto: da Brig prendete poi la Matterhorn Got-tard Bahn fino a Fiesch-Feriendorf.

In automobile: Stade principali:

Milano-Simplon-Brig

Ginevra-Lago di Ginevra-Valle del Rodano (Rhone)

Francoforte-Basilea-Berna-Thun-Lotschberg motorail

Zurigo/ Lucerna, prendete una delle due [a) o b)]

a) Andermatt-Furka motorail train (Furkapass in estate)

b) Brunig pass -Grimsel pass (in estate)

Il significato originale del termine "Baba" è "il più caro" o "il più vicino". Siccome Lui è il Padre Supremo, Parama Purusa, lui è il "Baba" di tutta la creazione; e siccome voi siete le creature, i suoi affezionati bambini, siete anche voi i suoi "Baba", perché "Baba" significa "il più vicino e il più caro"... così il suo nome dovrebbe sempre essere con voi, nelle vostre menti, nella vostra bocca, nelle vostre corde vocali, dappertutto. E io sento e capisco, ed è per questo che dico che quando i Suoi devoti, i suoi bambini cantano Baba Nam Kevalam, anche Lui canta Baba Nam Kevalam. Kalianamastu [Salute a tutti]

Baba in Fiesch

Kiirtan sotto la neve

Baba Nam Kevalam!

Sabato 5 gennaio, nella casetta della famiglia di Adhiatman, si è tenuto un bellissimo Sadhana Shivar con Didi Ananda Harimaya, venuta dalla Spagna per il ritiro di capodanno, e i margii di Salerno, Trento, Merano... e non so se ho dimenticato qualcuno... che ormai sento vicini proprio come la mia famiglia!



Tre ore di intenso kiirtan, alternato da silenziose meditazioni mentre fuori il paesaggio era tutto bianco e innevato... e la neve non può che farci pensare alla purezza della mente, e ovviamente ai bambini che a tutta velocità vanno sullo slittino ricordandoci, molto più impavidi di noi, che spesso buttarci nella vita e "giocare" è una cosa che fa bene al cuore e libera da tutti gli altri condizionamenti interni ed esterni!

Seguito poi da un bellissimo Dharma Shastra, pieno di devozione e saggezza, in cui la Didi ci ha spiegato come le nostre menti individuali siano un riflesso della Mente Cosmica, e come le nostre azioni, intenzioni e percorsi vitali influiscano sulla luminosità e vibrazione del nostro "specchio",

mentre la Coscienza, come Entità testimoniante, rimane al centro del Ciclo Cosmico, e gli esseri animati e inanimati fanno il loro percorso di ritorno dal Saincara al Pratisaincara.

Quindi l'essere umano, e in particolare laddove la sua forza interiore, la kundalini, si è risvegliata, ha un grandissimo potenziale e libero arbitrio, che è quello di poter accelerare o ritardare il suo "processo" di ritorno all'Uno... come un sottile ciclo di guarigione spirituale, in cui l'anima può scegliere, con pazienza e costanza, il sentiero da percorrere... anche perché se noi facciamo un passo verso di Lui, seppur esitante e a fatica, Lui ne fa 16 verso di noi (mi sembra 16!) e insomma... fluire nelle cose, e non opporre resistenza alla realizzazione del nostro Sé è il vero Progresso Spirituale!!

La Didi ha poi sottolineato l'importanza del camminare insieme, delle famiglie, e delle singole persone, proprio perché è un percorso che richiede pazienza, tanto ottimismo e costanza, e l'unità in questo contribuisce a ricordarci la meta, e a non focalizzarci sugli ostacoli!

Lo dicevano pure i moschettieri... Uno per Tutti e Tutti per Uno!

Poi ha suonato il campanello, e mi sono venuti a prendere i miei genitori, e visto che le montagne hanno delle bellissime piste innevate, sono andata a sciare, anzi a ciaspolare... e la prossima volta magari ci andiamo insieme, a ritmo di Kiirtan!

Come sempre Grazie dell'ospitalità, della condivisione e dell'energia che mi avete trasmesso, e un grande Grazie alla Didi!

Baba Nam Kevalam! In Him

Rupali

Lo spostamento dei poli magnetici

[Nell'articolo che segue si fa riferimento al fenomeno dello spostamento dei poli magnetici terrestri. La comunità scientifica concorda nel ritenere che tale fenomeno sia reale e che si sia ripetuto varie volte. Le considerazioni sui cambiamenti climatici sono oggetto di accese discussioni. Le implicazioni energetiche e biopsicologiche sono invece idee che non trovano generalmente riscontro nel dibattito scientifico. Ndr.]

Namaskar a tutti

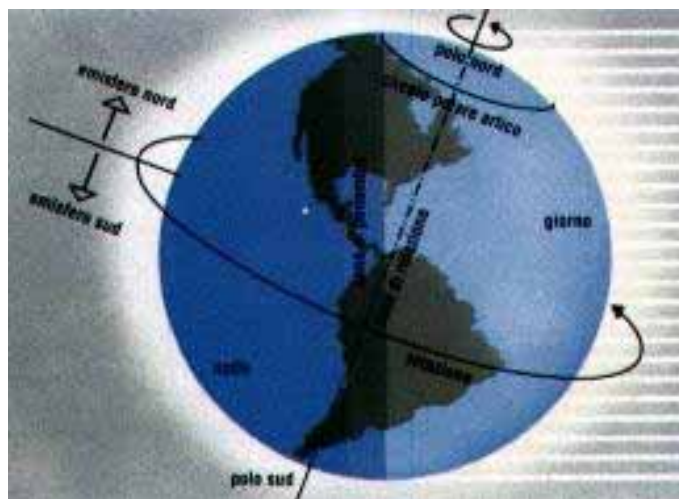
Premettendo che le mie conoscenze di fisica e di fenomeni geologici in generale sono alquanto scarse, ho trovato ultimamente diversi articoli che spiegherebbero come mai "non c'è più la

mezza stagione", e perché spesso ci ritroviamo "intontiti" da improvvisi sbalzi di temperatura, in attesa ancora dell'inverno che sembra rimasto solo in Trentino! A parte gli scherzi vi riporto un breve commento che Baba ha fatto sul Prout che spiegherebbe il cambiamento climatico, collegato per altro al nostro stato di salute generale.

Lo scambio dei poli è iniziato

Baba disse: "Percepiteme come l'ordine delle stagioni stia cambiando e che sia stato disturbato? Il Polo Nord si sta avvicinando alle regioni tropicali e il Polo Sud si sta avvicinando all'emisfero occidentale sul lato opposto dell'area tropicale.

Se nell'emisfero orientale il polo Nord si muove da nord a sud, e nell'emisfero occidentale il Polo Sud si muove da sud a nord, quale sarà l'effetto sull'idrosfera della Terra? Il ghiaccio polare si scioglierà e il livello degli oceani s'innalzerà. Avrà il suo impatto sulle maree del pianeta... Le stagioni stanno mutando — grandi cambiamenti climatici stanno prendendo piede” (Prout-17)



Molte antiche leggende (come quelle dei Maya) sembravano accennare a ripetuti mutamenti di direzione dell'asse terrestre. I geologi che studiano il passato della Terra hanno riscontrato che i mutamenti del clima hanno quasi sempre coinciso con cambiamenti nel campo magnetico del nostro pianeta. Secondo alcuni ricercatori, in tempi relativamente recenti (migliaia d'anni) la posizione dei poli era molto diversa dall'attuale.

E c'è anche chi sostiene uno scambio di posizione fra Polo Nord e Polo Sud e che tale fenomeno

porterebbe la Terra ad avere una minore schermatura contro il vento solare, comportando un assottigliamento dello strato di ozono e una maggiore penetrazione delle radiazioni ultraviolette, un aumento dell'attività sismica, l'innalzamento delle acque degli oceani e anche effetti sulle specie animali che usano il campo magnetico per il proprio orientamento (le balene, le tartarughe, alcune specie di uccelli migratori).

Insomma: in termini esoterici-energetici c'è chi parla di un bisogno di trasmutazione del karma collettivo molto forte in questo passaggio dal 2007 al 2008; e in termini più biopsicologici ciò farebbe comprendere come l'adattamento alle nuove frequenze magnetiche della Terra abbia portato anche squilibri fisici (spossatezza, dolori, febbre) e psicofisici in maniera molto più evidente rispetto al passato (e questo è abbastanza riscontrabile nelle nostre società che sembrano piuttosto dei sistemi impazziti).

Quindi, se vi sentiti stanchi e malinconici più del solito, non ci fate caso più di tanto, pensate ai Poli che si spostano, continuiamo a fare meditazione rendendo i cakra più forti e resistenti a squilibri vari, e soprattutto non ci prendiamo tutte quelle aspirine pensando che sia sempre colpa dell'influenza!

Forse vi ho riferito cose pseudo-scientifiche e un po' new age, ma magari vi ho fatto fare due risate, e forse qualcuno di voi veramente ha delle nozioni di fisica più affidabili e sa cosa Baba intendesse dire con "The Pole shift has started"... sempre pronti ad imparare... in tal caso battete un colpo!

Baba nam Kevalam! In Him

Rupali

Glossario

Acarya (Ac.) – letteralmente "colui che guida con l'esempio". Monaco/a (dada/didi) dell'AM.

Akhanda Kiirtan (AK) – letteralmente "kiirtan senza fine". Cantare il mantra Baba Nam Kevalam danzando intorno ad un punto centrale in direzione antioraria.

Ananda Nagar – letteralmente "luogo della beatitudine". Un'area di oltre 1000 ettari che ospita la sede permanente del quartiere generale di A.M.

Ananda Vipasa – centro dell'AM vicino Verona.

Ashram – monastero o altro luogo di spiritualità.

Avadhuta – letteralmente "colui che è totalmente puro mentalmente e spiritualmente". In A.M., è il rinunciante che ha imparato la meditazione Kapalica.

Bhukti – zona amministrativa che corrisponde ad una o più regioni italiane.

Bhukti Pradan – responsabile della Bhukti.

Dada – letteralmente "fratello maggiore". Un acarya di sesso maschile è comunemente chiamato Dada.

Dharma Cakra (DC) – letteralmente "il Cerchio del Dharma", meditazione collettiva che avviene settimanalmente in ogni Unità.

Dharma Pracar – dipartimento per la divulgazione dell'Ananda Marga.

Didi – letteralmente "sorella maggiore". Un acarya di sesso femminile viene comunemente chiamata Didi.

Jagrti – letteralmente "luogo dello sviluppo spirituale". Centro yoga di A.M. dove ci sono una sala per la meditazione collettiva ed altri spazi di soggiorno.

Karma Yoga – yoga dell'azione.

Kiirtan – cantare il mantra 'Baba Nam Kevalam' ballando la danza spirituale Lalita Marmika.

LFT – Local Full Time. Lavoratori a tempo pieno.

Margi – colui che percorre il sentiero spirituale. Un membro dell'Ananda Marga

Maya – principio operativo, l'energia creativa dell'universo.

Namaskar – è un mudra usato per salutare.

Parama Purusa – Coscienza Suprema, l'Entità Infinita, Dio.

Pracar – divulgazione.

Pracaraka – coloro che fanno Pracar.

Pratik – emblema dell'Ananda Marga.

RS - è il Segretario Regionale. Ci sono 13 Regioni nel settore di Berlino inclusa l'Italia: Regione di Roma.

Sadhana – letteralmente 'lo sforzo per completarsi'. Il Sadhana si riferisce generalmente alle pratiche spirituali usate per raggiungere il progresso spirituale. Colui che pratica il *Sadhana* è chiamato 'sadhaka'.

Sadhana Shviir - programma spirituale speciale nel quale si alterna il *sadhana* con il *kiirtan*.

Satsaunga – buona compagnia.

Tantra - tradizione spirituale di origine indiana