

Satsaunga

Mensile di Ananda Marga - Regione di Roma - Ottobre 2006

Per contributi e suggerimenti scrivete a: rdperuta@gmail.it

Editoriale

pag. 2

Appuntamenti

Mahaprayan

pag. 3

Diario

Ritiro Yoga in Sicilia

Una giornata ad Ananda Vipasa

Seminario a Bologna

Ritiro per sorelle in Irlanda

pag. 4

Eventi 2006/2007

pag. 8

Date digiuni di ottobre

2 (lunedì) Ekadashi
6 (venerdì) Purnima
16 (lunedì) Ekadashi
21 (sabato) Amavasya
31 (martedì) Ekadashi

Mahaprayan

29 e 30 ottobre - Ananda Vipasa – vedi pag. 3



*Ora sto per lasciare questo paese
e sto per lasciarvi fisicamente.*

Ma sono sempre con voi.

Sarò sempre con voi.

*Fisicamente sto per lasciarvi, figlie e figli miei,
ma non posso dimenticarvi
e mentalmente sarò sempre con voi.*

*Voglio che tutti voi diventiate
esseri umani ideali.*

*Voi tutti dovrete raggiungere il culmine
della gloria umana.*

*Fate che la vostra esistenza
sia coronata da successo.*

Non ho nient'altro da dire. La pace sia con voi.

Figlie e figli miei, ho un'altra cosa da dirvi,

Io non appartengo al paradiso.

*La verità di quello che sono
la esprimo in una singola frase:*

Io sono vostro.

Shrii Shrii Anandamurti, messaggio di congedo dalle Filippine

Editoriale

Carissimi margii,
Namaskar! Confido di trovarvi nel Suo flusso.

Durante il programma in Sicilia sono stato tanto fortunato da arrivare verso mezzanotte a Catania ed essere ospite di una persona la cui casa è sulle pendici del monte Etna.

La notte era calda ed il cielo limpido. Ho guardato verso la cima della montagna. Ho potuto vedere eruzioni di lava rossa incandescente lanciate nell'aria. Un fiume di lava fluida scorreva lungo il fianco della montagna. Non avevo mai visto prima un vulcano attivo. Vedere la forza della natura ha toccato qualcosa in profondità dentro di me.

Girando lo sguardo nella direzione opposta, la luna piena illuminava il mare immobile. Era una vista così bella; il vulcano attivo ed il mare illuminato dalla luna piena. Quando si vede tale bellezza è facile essere consapevole della presenza del Supremo.

Ciononostante, nell'ultimo argomento del seminario Baba scrive che per il progresso spirituale la mente deve adottare il corso opposto. Deve essere canalizzata verso l'interno e non verso i sensi. Quello che vediamo nel mondo esterno è solo il riflesso del Supremo. E' come cercare di identificare un albero guardando un'ombra.

Ma se solo l'interiorizzazione della mente porta al progresso spirituale, cosa dire per chi tra noi è impegnato nel mondo materiale per la maggior parte del tempo ogni giorno? Che speranza c'è di progresso spirituale?

Nel discorso Baba dà la soluzione dicendo che l'approccio ideale è di vedere il mondo materiale come espressione di Brahma. In questo modo la mente è sempre in contatto col Supremo.

Nel mese passato sono stati svolti seminari nelle bhukti di Bolzano, Roma, Bologna ed in Sicilia. In totale circa 100 persone hanno partecipato ai seminari, ed in ogni Bhukti sono stati fissati degli obiettivi da realizzare nei prossimi 6 mesi, fino al prossimo ciclo di seminari a febbraio-marzo. In ottobre e novembre i seminari saranno svolti in Puglia e a Milano.

Ad ottobre celebreremo il festival Diipavali e commemoreremo il Mahaprayan di Baba. Quest'anno i due eventi cadono nello stesso giorno, il 21 ottobre. In tal giorno, la commemorazione può essere svolta localmente nelle varie unità.

Il programma del Mahaprayan ad Ananda Vipasa si terrà il 28-29 ottobre, a causa dei problemi creati dal rally che si svolge ogni anno a S. Ambrogio attorno ad Ananda Vipasa nel fine settimana del 21 ottobre.

Nell'attesa di incontrarvi ad Ananda Vipasa per il programma del 28-29 ottobre,

Vostro in LUI,

Dada Devavratana
Segretario Regionale

Trovandosi com'è ora alla sommità della scala evolutiva talvolta l'umanità può sentirsi orgogliosa, e in un momento di debolezza commettere degli atti meschini. Perciò si dovrebbe sempre essere vigilanti a questo riguardo.

Le forze dell'evoluzione non si sono fermate, e il loro campo d'azione s'è spostato al livello psichico. Ora l'evoluzione sta esprimendo la sua forza nella lotta quotidiana condotta ovunque da uomini e donne per ottenere dignità.

Shrii Shrii Anandamurti, Supreme expression I, 73

Appuntamenti

Mahaprayan Ananda Vipasa, 29-30 ottobre

Carissimi margii,
Namaskar!

E' mio immenso piacere darvi un caloroso benvenuto al programma del Mahaprayan ad Ananda Vipasa il 28/29 Ottobre. Questo è il primo programma a livello regionale dopo le vacanze estive, e un'opportunità per condividere la speciale compagnia della nostra famiglia spirituale nella vibrante atmosfera della nostra Master Unit Ananda Vipasa.

Il programma inizierà Sabato mattina alle 10.30 e terminerà Domenica pomeriggio dopo pranzo. Coloro che desiderano venire già Venerdì sera sono benvenuti. Un breve messaggio o una telefonata per informarci che state arrivando contribuirà moltissimo al regolare svolgimento del programma.

Programma:

10.30 Classe spirituale tratto dagli argomenti seminariali;

" Nella Gloria di Shiva"

12.00 Kiirtan

12.45 Meditazione

13.30 Pranzo

14.30 Monoavrata

15.15 Meetings paralleli: Sviluppo di Ananda Vipasa

RAWA

Dharma Pracar

17.00 Sport (Pallavolo o Calcio)

18.00 Kiirtan

18.30 Dharma Cakra, Dharma Shastra, K&T

19.30 Cena collettiva

20.30 Pulizie

20.45 Programma culturale serale: "Alla sua Memoria"

(Canzoni, storie, teatro e poesia)

22.00 Inizio 15 ore di Akhanda Kiirtan

03.00 Cambio dell'ora legale (un'ora in piu')

12.00 Termine dell' Akhanda Kiirtan

Dharma Cakra

12.40 Video di Baba

13.15 Pranzo collettivo

Partenza dopo pranzo

Ci sarà anche un ispirante programma per i bambini !!

I costi del ritiro sono:

Prezzo intero	Euro 60,00
Studenti	Euro 50,00
Famiglie: (per persona)	Euro 50,00
Bambini dai 7 ai 15 anni	Euro 30,00
Bambini sotto i sei anni	Gratis
Prezzo "Karma Yoga"	Euro 40,00

(il prezzo K.Y. è per coloro che prima e dopo il programma si offrono come volontari per svolgere le duties, K.Y. è soltanto per coloro che concorderanno in anticipo con il Dada)

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.

Indirizzo:

Cooperativa OASI, via Brolazzo 3
37010 S. Ambrogio Valpolicella (VR)
tel.+39 045 6845059
Cellulare +39 340 9266922
340 5008456
e-mail: ananda-vipasa@libero.it

Ritiro Yoga in Sicilia

Namaskar Cari Amici,
Torno ora dalla fantastica Sicilia e non potevo non scrivere sul nostro giornale per condividere insieme con voi queste favolose giornate.

Come ogni ritiro che si rispetti ci sono state mille difficoltà, la prenotazione dell'Hotel, il volantino per fare pubblicità, chiamate su chiamate per cercare vecchi amici addormentati... Tutto sembrava non funzionare e fino agli ultimi giorni non ci sono state conferme. Dada ha perfino pensato di cancellare tutto e di riproporlo in un altro momento, ma tutti sappiamo che non bisogna mai arrendersi alle prime difficoltà.

Così cambio di programma, invece di un ritiro di tre giorni due seminari di un giorno, uno a Messina e l'altro a Catania. La Prima giornata si è svolta in un caratteristico Hotel a pochi passi dal caldo mare siciliano, colori lucenti e caldi raggi di sole; insomma una cornice fantastica che più di una volta mi ha fatto pensare di proporre al Dada un cambiamento logistico dell'ufficio regionale.



Il Seminario è iniziato il mattino con una classe di Dada e gli amici erano più di 20, insieme con vecchi margii da tutta Italia. Classe di asana, tenuta da Praveda, Kiirtan e meditazione e il Pranzo (portate di ogni genere con porzioni spropositate).

Subito dopo siamo partiti per la spiaggia per una camminata in silenzio, ma eravamo accompagnati da una colonna sonora degna di Morricone. Ultima classe di Filosofia e un ultimo Kiirtan per salutarci con la benedizione di Baba.



Il giorno dopo ci siamo trasferiti a casa di Indra nella collina catanese, non c'era il mare come scenografia, ma abbiamo potuto rimediare grazie all'Etna ancora in attività dopo tanti, tantissimi anni. I partecipanti questa volta erano molto meno, ma abbiamo comunque portato i nostri insegnamenti a nuovi amici.

Questa giornata è stata caratterizzata anche dalla musica grazie a due margii che insieme al Dada hanno suonato Kiirtan e Prabhat Samgiita.



Purtroppo come ogni cosa c'è una fine... ma grazie a Baba abbiamo la possibilità di ricordare e di portare la nostra esperienza ad altre persone. Colgo l'occasione per ringraziare tutti i Margii di Sicilia e di Vibo Valentia che hanno reso questi giorni indimenticabili.

In lui

Yudhisthiira L.F.T.

Una giornata ad Ananda Vipasa 26 settembre

Carissimi fratelli e sorelle, Didi e Dada, un sincero namaskar a tutti!

La scorsa domenica ci siamo recati all'Oasi chiamati da una grandissima esigenza di microvita positive!

Ci siamo veramente stupiti quando siamo arrivati e abbiamo trovato un campo di calcetto,



un campo di pallavolo, un bosco tenuto come un giardino e un giardino in fiore, piante finalmente piene di foglie e qualche frutto, una pira di legna in attesa dell'inverno, ordine, profumo di pulito e... soprattutto un cuore pieno di vero amore ad accoglierci!

La giornata è trascorsa apparentemente in modo del tutto normale: qualche bella chiacchierata, delle sane risate, sadhana, buon cibo... Kirtan davanti al fuoco e ancora momenti di condivisione e... ancora buon cibo e sinceri saluti di partenza.

Eppure i cuori di tutte le persone presenti traboccavano di gioia, fratellanza, unione, un profondo senso di appartenere alla stessa famiglia universale.

E com'è possibile tutto ciò? Tutti coloro i quali hanno avuto la fortuna di frequentare l'Oasi hanno la risposta.

Ananda Vipasa è per noi un'oasi di pace e amore, una boccata di ossigeno di microvita positive, è un'occasione di crescita e perché no di ricarica interiore...



Ci auguriamo che sempre più persone possano avere la Grazia di gioire di questo raro gioiello che il nostro amatissimo Baba ci dona.

In Lui

Mahadeva, Sonalii, Jyotsna e Ainjalii

PS: spero vi piacciono le bellissime foto scattate da Jivesh.

Questo nostro viaggio ci sta riempiendo il cuore, di fratellanza, tenerezza e amore.

La sensazione e' quella di armonia e pace e un fantastico flusso spirituale.

Niente e buio ma luce. Un profondo senso di fiducia e certezza, come la luce del Guru, ci guida lungo il percorso, così che senza paure lo possiamo percorrere fino alla fine.

Questo viaggio ci ricorda anche che proveniamo dalla stessa famiglia colma di amore universale.

Attraverso il Suo amore, percepiamo, odriamo, gustiamo, tocchiamo e vediamo che tutto è solo Lui... per sempre Lui.

Nel Suo Amore

Jharna e Jivesh da Ananda Vipasa



Seminario a Bologna

30 settembre

Il 30 settembre si è svolto nella Jagriti di Bologna un seminario per le unità di Parma, Bologna, Firenze, e Casalmaggiore. All'incontro eravamo in verità solo margii di Firenze e Bologna, il Dada Devavratana, la Didi Anandapraveda e Judistiira (LFT).

Durante la mattinata il Dada ha fatto un'interessante presentazione in power point per "rinfrescarci le idee", principalmente riguardo alla prima e alla seconda lezione, poi un po' di karma yoga per la preparazione del pranzo, e Dharma chakra per concludere la mattinata.

La parte più interessante si è svolta nel pomeriggio, quando Dada e Judistiira hanno organizzato un gioco, già sperimentato in altre Jagriti d'Italia, che riguardava una delle parti più complesse dell'Ananda Marga: l'Organizzazione.

Da tre grandi cartelloni riguardanti uno "la Struttura generale", uno "i Dipartimenti", e uno i "Compiti delle persone", erano stati creati 3 puzzle giganti e dopo aver costituito tre gruppi di circa tre persone, a ciascun gruppo è stato affidato un argomento e i pezzi sparsi di ciascun puzzle da comporre nel minor tempo possibile.

Completati i tre puzzle, anche abbastanza rapidamente, la parte più difficile era la spiegazione di tutto il cartellone completo. Con l'aiuto del Dada, siamo riusciti a darne una di tutti e tre i cartelloni, ma ci siamo resi conto tutti

che il disegno di Baba è molto più complesso di quanto ci immaginavamo. Ognuno di noi si domandava in quanto tempo Baba aveva previsto si realizzasse tutto questo, visto che siamo ancora molto lontani, anzi lontanissimi, dalla realizzazione anche di una minima parte dell'intero sistema dato.

La Didi ha fatto un'osservazione molto interessante, dicendo che Baba aveva previsto la realizzazione di questo sistema in migliaia di anni (forse 3000, se non ricordo male), e che l'uomo, trascorso un certo periodo di tempo, ha bisogno di nuovi messaggi che si adattino all'evoluzione della sua mente.

Il susseguirsi, dunque, di maestri con messaggi apparentemente differenti (per esempio da Krisna a Baba...), ma che vanno in realtà tutti nella stessa direzione, non è altro che l'esigenza dell'evoluzione umana. Inoltre non solo i concetti espressi in diversi modi ma anche gli strumenti per realizzarli cambiano: chi può dire, per esempio, come evolverà il kiirtan nel futuro?

Questa visione serve anche ad ampliare la mente, e conferma la convinzione che avevamo già, ovvero che tutto sia collegato e che la direzione sia per tutti la stessa; probabilmente cambia la strada, ma sicuramente non la meta. Ancora una volta ci sentiamo parte di una grande famiglia, forse ancora più grande, non solo del nostro tempo! BNK

Namaskar

Shobha

Ogni energia è invisibile. Noi vediamo il funzionamento e l'effetto dell'energia elettrica attraverso le lampade, i ventilatori, ecc. Analogamente nessuno ha mai visto il sole, solo la sua azione. Esso sembra rotondo, ma da breve distanza è semplicemente qualcosa che brucia. Quindi l'elettricità e il sole possono essere solo provati. Lo stesso avviene con la mente. Nessuno può mostrare la propria mente, né si può vedere la mente di un altro, si possono solo percepire.

Similmente, la Coscienza Suprema può solo essere percepita e realizzata. Quando l'intera mente è piena del sentimento della Coscienza Suprema difficilmente potrete contenerla, né potete esprimere la beatitudine. La sentite, e potete solo goderne!

Shrii Shrii Anandamurti, Ananda vacánamrtam, 27

Incredibile Ritiro per Sorelle nella Master Unit in Irlanda

È stato un evento veramente magico. Nel cerchio di chiusura tutte le sorelle e le didi hanno espresso in modo unanime di aver goduto moltissimo del satsaunga, e tutte noi l'abbiamo trovato davvero speciale e poderoso.

Il flusso era molto sottile, ci sentivamo tutte al sicuro, rilassate e a proprio agio in compagnia di altre donne. L'atmosfera era molto amabile e gentile, sentivamo tutte la speciale qualità femminile. Una sorella ha espresso di sentirsi adesso molto orgogliosa di essere una donna. Un'altra ha detto che dovremmo tutte ricordarci quanto sia speciale e bella ognuna di noi. C'erano tanto amore, tanta stima per gli altri, tanto scambio di conoscenze, esperienze e realizzazioni profonde. Com'è meraviglioso avere la compagnia di altre donne e condividere tutto! Vogliamo tutte che i ritiri per sorelle siano più frequenti.

Venerdì abbiamo partecipato al tour della fattoria della Didi Ananda Prama. Eravamo tutti colpiti vedendo quanti miglioramenti stanno avvenendo nella fattoria in un periodo molto breve. L'amore e la fede di Didi Ananda Prama per la Master Unit sta attraendo molti volontari e margii per aiutarla a sviluppare la fattoria. Nel bellissimo giardino circolare, crescono tantissime varietà di verdure, erbe e fiori. Ci sono due serre a tunnel che aiuteranno la Didi a coltivare verdure durante tutto l'anno. La casa può ospitare molti visitatori. Ci sono 10 letti a castello, la stanza della Didi e una sala di meditazione.

C'è un panificio in costruzione, che ha muri grezzi e solo su tre lati, niente porta e un tetto provvisorio. Prima c'era fango fino alle caviglie. Dopo un duro lavoro la Didi e i volontari hanno preparato il pavimento, ed ora si possono costruire i muri mancanti.

Il ritiro vero e proprio si è svolto nella casa di un vicino, che è ancora in costruzione. Venerdì pomeriggio abbiamo fatto Akhanda Kiirtan e le vibrazioni dell'intero luogo si sono totalmente trasformate, ci siamo sentite a casa. Abbiamo fatto la meditazione di mezzogiorno alle vicine cascate, circondate dalla natura. Il programma della sera comprendeva le danze irlandesi. Ci sono state moltissime risate di gioia.

Sabato mattina si è svolto il workshop di Bio-psicologia guidato da Didi Ananda Laghima e da Sharadadevi. Nel pomeriggio si è svolto il workshop "Cibo e nutrizione" guidato da Suniiti (cibo crudo), Laksmi (erbe), Madhurii (dieta senziante e Prana) e Rosemary (dieta macrobiotica).

Entrambi i workshop sono stati seguiti da tante persone e apprezzati, dato che è stata condivisa molta conoscenza utile per la vita quotidiana.

Ogni pasto durante il ritiro ci ha fornito grosse quantità di insalata verde e verdure dal giardino della Didi.

Il programma della sera è stato Katha Kiirtan. Ogni storia era così toccante ed ispirante che abbiamo sentito di essere tutte donne straordinarie.

Tutte volevamo che l'avartha kiirtan guidato da Jotsna ogni sera proseguisse per tutta la notte.

Domenica mattina c'è stato una sessione di benvenuto del Dipartimento per il Benessere delle Donne (WWD) guidata da Didi Ananda Laghima, che ha enfatizzato il ruolo della donna come portatrice di un approccio più integrante e avvolgente, grazie a compassione e amore, che le donne tendono ad avere in modo naturale.

Moksadevi ha condiviso le sue entusiasmanti esperienze di lavoro nei progetti AMURT/EL in Ghana; Supriya ha parlato della raccolta fondi nel Regno Unito per AMURT/EL. Mita ha parlato dell'educazione e delle scuole Neoumaniste. Didi Ananda Prama ci ha ispirato tutte con la sua visione, passione ed amore per le Master Unit.

Nel pomeriggio abbiamo fatto Akhanda Kiirtan guidato da Jotsna, cominciando dalla Master Unit e continuando per due miglia fino alla casa di Briganath, dove abbiamo fatto una cerimonia di "house warming". Mentre cantavamo e danzavamo kiirtan nelle strade di campagna, ho sentito che siamo veramente uno e che Baba è proprio qui vicino a noi.

Poi siamo andate tutte a Mount Shannon, una incantevole piccola città vicino al lago, e abbiamo fatto meditazione. Dopo cena si è svolta la cerimonia di chiusura, e ciascuna di noi ha espresso la sua gioia traboccante e la felicità provata durante il ritiro.

I bambini si sono divertiti cavalcando tutti i giorni. Vania, Lavanya e Sarita hanno fatto un gran lavoro occupandosi di loro.

La Master Unit delle Didi in Irlanda è il posto dove tutte sentiamo fortemente la benedizione di Baba. Quelli che l'hanno visitata tornano spesso perché è un posto speciale. L'Irlanda è molto verde e piena di pace, ricca di sentimenti mistici.

Grazie tante, Didi Ananda Prama, per aver ospitato questo meraviglioso ritiro.

In Lui,

Didi Ananda Laghima

Programma Ananda Marga 2006/2007

Per informazioni: 045 8030227

Quando	Cosa	Dove
Settembre		
6	Giorno del Kaoshikii	Varie città
10	Seminario per Bhukti Bolzano, Rovereto, Verona	Arco di Trento
14	Giorno delle Prabhat Samgiit	Varie città
17	Seminario per Roma, Fontenuova, Napoli	Roma
24	Meeting board Pubblicazioni	Follonica
28 set-2 ott	Sharadotsava 28: giorno dei Bambini 29: giorno pubblico - 30: giorno dell'Arte 1: giorno della Musica - 2: Vijayotsava	Varie città
30	Seminario per Bologna, Firenze, Parma, Casalmaggiore	Bologna
Ottobre		
6-8	Ritiro AM per il sud Italia	Messina
21	Diipavali; giorno del Mahaprayan	Varie città
22	Seminario per Bari, Barletta, Andria, Taranto, Foggia	Puglia
24	Giorno dei Fratelli	Varie città
28-29	Programma del Mahaprayan	Ananda Vipasa (VR)
Novembre		
19	Seminario per Milano, Borgosesia, Mondovi', Crema, Varese	Milano
25	Meeting regionale ACB	Bologna
Dicembre		
27-30	Ritiro intensivo	Ananda Vipasa (VR)
31 dic-1 gen	Capodanno	Ananda Vipasa (VR)
30 dic-3 gen	Training ideologico	Isole Canarie
Febbraio		
12	Nilakantha Divasa	Varie città
25	Seminario per Trentino/Alto Adige, Rovereto, Verona	Luogo da confermare
Marzo		
4	Seminario per Bologna, Firenze, Parma, Casalmaggiore	Firenze
5	Dadhici Divasa	Varie città
11	Seminario per Milano, Borgosesia, Mondovi', Crema, Varese	Luogo da confermare
18	Seminario per Bari, Barletta, Andria, Taranto e Foggia	Puglia
24	Meeting regionale ACB	Bologna
25	Seminario per Roma, Fonte Nuova, Napoli	Roma
Aprile		
6-9	Ritiro di Primavera	Luogo da confermare
Maggio		
2	Ananda Purnima	Ananda Vipasa (VR)
Giugno		
17-30	Onda di Kiirtan	Varie città
30	Meeting regionale ACB	Ananda Vipasa (VR)
Luglio		
1-7	Ritiro intensivo	Ananda Vipasa (VR)
1-11	Dharma Pracar Training	Ananda Vipasa (VR)
27 lug-3 ago	Ritiro Europeo	Madhu Karuna (Germania)