

ANANDA MARGA

Satsaunga

Mensile di Ananda Marga - Regione di Roma - Settembre 2007

Per contributi e suggerimenti scrivi a: satsaunga@anandamarga.it

Puoi scaricare Satsaunga (anche numeri arretrati) su www.anandamarga.it sezione "materiali"

Editoriale

pag. 2

Appuntamenti

Anniversario
Prabhat Samgiit
Ritiro RAWA

pag. 3

Ritiro di Autunno
Seminario Bolzano

pag. 4

Onda di Kiirtan

pag. 5

Seminario Dharma Pracar

pag. 6

Esperienze LFT training

pag. 6

Madhu Karuna 2007

pag. 7

Study Circle a Trento e Salorno

pag. 8

Ricette

pag. 10

Rawa Italia ti invita in Ananda Vipasa

14 Settembre 2007
25° Anniversario delle Prabhat Samgiita

15-16 Settembre 2007
Ritiro settoriale RAWA

Musica, Arte, Danza, Teatro...

Arrivo venerdì 14 Settembre
Il programma inizia alle ore 12.00 con Dharma cakra
Il programma finisce domenica 16 Settembre alle ore 16.00

Costo: Adulti 60 euros
Studenti 50 euros

Per il programma e per come
Raggiungere Ananda Vipasa vai a
www.anandamarga.it
Sez. PROSSIMI EVENTI

Date digiuni di settembre	
6 (giovedì)	Ekádashii
10 (lunedì)	Amávasyá
22 (sabato)	Ekádashii
26 (mercoledì)	Púrnímá

Editoriale

Carissimi margii,
Namaskar!

Quella che segue è una Prabhat Samgiit che ho trovato questa mattina presto:

4166
Musa'fir a'ge ba'r'hte ja'na' Anha'rme tatol na'
nahii
Manjil ko dekhte rahana'.....

Oh, straniero, tu devi soltanto procedere, non perderti nell'oscurità ma resta costantemente fedele alla tua meta. Ci sono migliaia di distrazioni negative legate alle attrazioni mondane. Il ciclo umano prevede la morte e la rinascita, l'andare, il venire e il pianto ma tu non devi fermarti e farti sommergere dalle preoccupazioni... devi procedere. Davanti a te c'è una nuova vita con la luce che la riempirà inondandola di miele e dolcezza. Oh straniero, hai ottenuto il tesoro dell'amore e la fedeltà del legame più intimo a tua insaputa. C'è un solo compagno nel tuo viaggio ed è solo Lui che devi riconoscere.

Questa canzone è una delle Prabhat Samgiit in lingua Urdu e ha un forte sentimento mistico, simile a quello delle canzoni della tradizione Sufi.

E' una delle 5018 canzoni che BABA compose nello straordinariamente breve periodo di 8 anni,

Il 6 Settembre giornata del Kaoshikii

"L'Essere umano soffre di varie malattie le quale creano piccoli ostacoli nel sadhana. Questo è il motivo per cui il 6 settembre ho inventato la danza del Kaoshikii, per lottare contro queste piccole problematiche fisiche, come malattie di fegato, ecc.. che causano inconvenienti nel sadhana. Questa danza è la panacea per 22 malattie."

"Mentre danzate il Kaoshikii cercate di stabilire il legame tra microcosmo e Macrocosmo. Questo processo è comunemente conosciuto come Misticismo. Il kaoshikii riguarda l'intimo stesso dell'individuo. Il sé dell'individuo è nascosto nell'intimo Kos'as, i strati di esistenza. La danza del Kaoshikii è come il fiorire dell'intimo sé."

Shrii Shrii Anandamurti

dal 14 settembre 1982 al 21 ottobre 1990. Oggi si comincia ad apprezzare sempre più la grandezza di questo contributo unico alla musica. Da canzoni dedicate alla spiritualità e alle funzioni sociali, a canzoni legate alle stagioni, da quelle relative alla coscienza sociale e al neoumanesimo a quelle che esprimono diversi stadi di devozione o realizzazione spirituale: tutto ciò può essere trovato in questa straordinaria collezione. Ci sono perfino canzoni che aiutano a curare malattie ed una che viene cantata per fermare la siccità quando non piove da lungo tempo.

Il 14 settembre celebriamo il 25° anniversario della prima composizione in un Festival europeo ad Ananda Vipasa (Verona).

Tra i partecipanti a questo programma ci sarà anche il nuovo Acarya designato per lavorare in Italia, Dada Kuinjaviharii, che sostituisce Dada Shantashubhananda che è tornato a lavorare in Siria. Inizialmente Dada Kuinjaviharii si occuperà di Ananda Vipasa.

Vi aspettiamo per darvi il benvenuto ad Ananda Vipasa per il Festival Prabhat Samgiit e RAWA.

Vostro in LUI,

Dada Devavratananda
Segretario Regionale



Appuntamenti

25° Anniversario Prabhat Samgiita 14 Settembre

Ritiro settoriale RAWA 15-16 settembre

Il 14 settembre ad Ananda Vipasa (Verona) si terrà un programma per la celebrazione del 25° Anniversario delle Prabhat Samgiita, seguito dal ritiro settoriale RAWA il 15 e 16 settembre.

BABA compose la prima Prabhat Samgiit il 14 settembre 1982. Quando lasciò il corpo fisico il 21 Ottobre 1990, aveva sorprendentemente finito in solo 8 anni 5018 canzoni.

Venerdì 14 settembre si celebrerà, con vari invitati, il 25° anniversario in un programma speciale.

Come ospite speciale avremo Santanu, margii dalla nascita proveniente dall'India, il cui padre e i cui nonni vissero vicinissimi alla casa di BABA. Santanu è un cantante professionista di Prabhat Samgiita e musica classica, ora residente in Svezia.

Il programma RAWA che seguirà prevede diverse classi di teatro, musica e arte, e darà l'opportunità di immergersi profondamente scoprendo il legame tra scienza estetica e super estetica.

Il programma prevede, oltre alle sessioni di kiirtan e meditazione, molti eventi speciali:

Venerdì 14 Settembre

Inizio programma alle 12.00

15.30 – 17.00 Prabhat Samgiit Divas. Un'opportunità per ciascuno di cantare la propria canzone favorita.

17.00 – 18.00 Diversità tra le Prabhat Samgiit. Caratteristiche particolari delle Prabhat Samgiita e storia degli otto anni in cui BABA compose tutti i brani. Santanu, Pritilata (India), Dada Subhatmananda e altri ancora.

21.00 Serata delle Prabhat Samgiit. Un indimenticabile esperienza di Prabhat Samgiit con Santanu, Priitilata e vari artisti dalla regione di Roma.

Sabato 15 Settembre

05.00-08.00 Akhanda Kiirtan

09.45-12.15 Programma della mattina
Classe 1 Teatro (Nitiish – Holland)
Classe 2 Chitarra (Yogendra – Italia)

15.00-17.45 Programma del pomeriggio
Classe 3 Pittura "Dando forma all'idea: L'espressione estetico della mente" (Bhaskar e Mala - Italia)

Classe 4 Harmonium indiano (Priitilata - India)
Classe 5 Giocoleria (Gopal – Italia)

21.00 Serata RAWA: spettacolo con vari Artisti RAWA

Domenica 16 settembre

05.00-08.00 Akhanda Kiirtan

09.45-12.15 Programma della mattina
Classe 6 Teatro (Gopal – Italia)
Classe 7 Prabhat Samgiita (Santanu - India)

15.00-15.30 Classe 8** Visione del video fatto durante il programma.

15.30 Considerazioni sul programma svolto.

16.00 Partenza

** La Classe 8 è il video delle classi effettuate. Ci sarà un team, formato da tutti coloro che sono interessati alla produzione di filmati, che faranno un reportage, interviste ecc. del festival RAWA 2007. A cura di Kamaleshvara e Mukunda (Italia).

Costi:

Adulti 60 euro

Studenti 50 euro

Come arrivare:

In treno: la stazione ferroviaria più vicina è quella di Domegliara, che si trova sulla linea Verona - Bolzano (prima fermata). Dalla stazione telefonate allo 045-6845059 e qualcuno verrà a prendervi.

In auto: uscite al casello di Verona Nord e seguite la strada statale per Trento, poi seguite le indicazioni per S. Ambrogio. Arrivati nella piazza con la chiesa, seguite per località Monte. Dopo 4,8 Km incontrerete uno spiazzo sulla sinistra ed una vecchia torre dell'ENEL sulla destra. Parcheggiate la macchina nello spiazzo e salite la stradina che troverete a destra nei pressi della torre.

MASTER UNIT Ananda Vipasa (Cooperativa OASI)
Via Brolazzo, 3 - S.Ambrogio di Valpolicella
(VERONA) Italy

Tel: 045/6845059

email: anandavipasa@anandamarga.it

Ananda Marga Ritiro di Autunno 28-30 Settembre, Briatico (Vibo Valentia)

Siete calorosamente invitati ad unirvi a noi per trascorrere 3 giorni di meditazione, yoga e kiirtan, in un bellissimo contesto naturale, a due passi dalle acque trasparenti del Mar Mediterraneo.



Ci saranno lezioni e workshops ispiranti, sugli aspetti teorici e pratici della meditazione e dello yoga, come anche la possibilità di imparare una tecnica personale di meditazione. Nel corso del ritiro il cibo sarà latteo-vegetariano. Il ritiro verrà diretto da Acarya dell'Ananda Marga.



L'arrivo sul posto è previsto per le 17.00 di venerdì 28 settembre, e il ritiro si concluderà dopo pranzo, la domenica 30 settembre.

Il ritiro si svolgerà nella Casa Sacro Cuore, che si trova sulla Strada Statale per Tropea a BRIATICO (Vibo Valentia).

Il costo del ritiro è:
90 euro adulti
80 euro studenti



Per prenotare chiamate:
Mayadevi (Marianna) 3381890422 oppure
Dada Devavratana 3405008456.
Il termine ultimo per confermare la propria partecipazione è mercoledì 26 settembre.

COME SI RAGGIUNGE

In treno: fermata Vibo Marina o Vibo-Pizzo o Briatico.

In auto: Autostrada A3 Salerno-Reggio Calabria, uscire a Pizzo per chi viene da Nord e proseguire sulla litoranea per Tropea.

Uscire a S.Onofrio-Vibo Valentia per chi viene da Sud. La casa è sulla destra a 1 Km oltre Briatico.

In aereo: aeroporto di Lamezia Terme.

Casa Sacro Cuore
Strada Statale per Tropea
89817 BRIATICO (Vibo Valentia)
Tel.0963.391192

Seminario nella Bukhti di Bolzano 23 Settembre

Il programma del seminario/IRSS è stato dato da Baba per espandere il nostro sapere riguardo la filosofia spirituale e sociale di Shrii Shrii Anandamurtijii e anche per costruire la struttura organizzativa. Il seminario, oltre a favorire la pratica spirituale, dovrebbe dare a tutti la possibilità di prendersi una responsabilità o "duty" in un qualsiasi aspetto della missione di Baba, seguendo i propri interessi o capacità, come arte e cultura, musica, sport, movimento sociale, aiuto d'emergenza, servizio sociale, educazione, servizio per gli animali, agricoltura, co-operative ecc.

Per una migliore organizzazione e sistemazione prenotare in anticipo.

Info e prenotazioni: devavratana@yahoo.com

Onda di kiirtan

L'onda di kiirtan ha attraversato l'Italia dal 16 al 30 giugno. Vediamo com'è andata nelle unità di Merano e Fontenuova...

23 giugno

Namaskar a tutti voi!

Eh sì, l'onda è così forte che arriva anche fino all'estremo nord dell'Italia... Ogni volta è sorprendente e affascinante vedere e vivere come il Kiirtan sia in grado di trasformare le nostre menti in poco tempo. Arrivando dalla vita quotidiana con i suoi legami, dal lavoro per mantenere corpo, famiglia etc, ci siamo tuffati nel vortice attorno a Lui.



Col tempo non è solo aumentato il numero delle persone ma soprattutto l'intensità del Kiirtan e delle vibrazioni spirituali. Alla fine le ore sono sembrate decine di minuti e tutti avrebbero voluto continuare per altre ore. Danzando e cantando per LUI ci siamo avvicinati sempre di più alla realizzazione che alla fine tutto è uno e che questo Uno è LUI! Baba Nam Kevalam

Un abbraccio a tutti voi e a presto, nel SUO amore

Rainjan, unità di Merano

26 giugno

Namaskar,

Martedì 26 l'Onda di Kiirtan ha raggiunto anche Fontenuova! Noi abbiamo fatto le cose in grande, tentando di trasformare l'onda in un maremoto, visto che per vincere il caldo insopportabile abbiamo dovuto accendere ben 4 ventilatori!!

Comunque i ventilatori non riuscivano a starci dietro, noi giravamo decisamente più forte specialmente quando a poco a poco abbiamo raggiunto il picco di 17 adulti e 2 bambini e dentro di noi c'era una grande energia nelle voci, nelle gambe, nelle menti, nei cuori...

Cuori che in alcuni momenti si sono riempiti ancora di più per i sorrisi che ci hanno regalato i nostri 2 piccoli margi : Madhava di appena 2 anni e Letizia di 6 e mezzo che inizialmente si sono improvvisati suonatori e poi si sono uniti all'Akanda Kiirtan. C'è stato un attimo in cui Letizia ha preso Madhava per mano per aiutarlo a girare insieme a noi, poi Letizia ha cominciato a fare Kiirtan seguendo tutti i movimenti di Rupali che era davanti a lei e si muoveva al suo stesso ritmo, con le braccia altissime, le mani intrecciate e la vocetta bella squillante, Madhava vedendo questa scena mentre era in braccio alla mamma, l'ha indicata, è voluto scendere e spontaneamente ha cominciato anche lui a camminare cercando di puntare un piede dietro l'altro suscitando l'ilarità e la tenerezza generale.



Le 3 ore sono passate velocemente, sia grazie a questi teneri momenti, sia ai bellissimi Kiirtan suonati da Dada, Sindhu, Phullara, Rupali e Govinda scanditi dallo djembè al quale si alternavano Jivendra, Amal e Manorajana.

La cena sembrava quella di un matrimonio, grazie alle sorelle e i fratelli che si sono dedicati alla cucina abbiamo mangiato 2 primi, 4 contorni, un secondo e due dolci, praticamente abbiamo recuperato al meglio le forze o ci siamo messi definitivamente k.o. (dipende dai punti di vista e dalla larghezza dello stomaco...!), ma si sa che le nostre cene sono sempre un po' pantagrueliche e quindi non potevamo smentirci soprattutto in questa occasione!

Il 30 giugno è vicino e l'onda di Kiirtan sta quasi volgendo al termine, mi auguro che il prossimo anno quest' appuntamento ci trovi cresciuti di numero, ancora più carichi e spero di vedere a Fontenuova qualche ospite dalle altre parti d'Italia al seguito di dada. Baba Nam Kevalam Mahima

Seminario Dharma Pracar

Non è facile mettere nero su bianco cosa è stato il Seminario di Dharma Pracar svoltosi ad Ananda Viipasa in Luglio.

Questo perché è stato tante cose insieme e tante continua ad essere ancora oggi per me.

Sicuramente un momento di formazione. Grazie alle numerose lezioni di Dadas e Didiis, Govinda e Kamaleshvara ci siamo immersi nella filosofia di Ananda Marga, nella Biopsicologia e abbiamo imparato come essere o meglio come cercare di essere insegnanti di yoga e meditazione, come creare e gestire un corso, come trasmettere nella giusta forma questa grande ricchezza a chi si avvicina per la prima volta. Il tutto concluso con uno splendido esame finale!

Formazione anche sul lato pratico e personale con una routine ricchissima e profondamente spirituale.

In pochi giorni abbiamo vissuto esperienze forti e indimenticabili, un giorno di silenzio e un giorno di digiuno collettivi (come ha detto Dada "ieri abbiamo mangiato insieme senza parlare e oggi parliamo senza mangiare"), meditazione notturna

nel bosco e in riva al lago (a prova di animali e di vento!), e una mattinata passata a fare servizio al centro anziani di Verona, improvvisando canti e animazione.

E poi le ispiranti passeggiate nei sentieri intorno all'Oasi, quando il sole era calato e il tramonto regalava colori e paesaggi incantati; i cibi buonissimi e senzienti di Dada e delle dolci cuoche romane Shukla e Sindu; le risate e la condivisione più autentica coi fratelli le sorelle e con gli Acarya. Tutto naturalmente accompagnato dalle note dei kiirtan più belli.

Quando penso alla mia vita di oggi comprendo profondamente che ciò che ho imparato è stato determinante. E mi viene in mente Baba, a come sa dare la cosa giusta al momento giusto ad ognuno di noi, le parole di cui abbiamo bisogno per crescere e continuare a diffondere il Suo Amore.

A noi non resta che abbandonarci al Suo dolce abbraccio.

Premadevii

Esperienze dall'LFT Training Centre

Namaskar

Riportiamo alcune righe spedite da Prashanta di Grosseto che si trova all'LFT training centre a Copenhagen da agosto.

"Stamani fa un po' freschino, forse iniziano i primi freddi!!!...brrrr!!! Pensare che devo fare 6 giorni di spt (sadhana piita training) con solo una copertina!!!

Sto imparando tante cose e la mia testa a volte scoppia per il troppo inglese, perché devo sforzarmi di capire cose che non conosco in una lingua che capisco a fatica! E allora tante volte arrivo a sera con la testa fusa... veramente cotto!

Comunque sia, anche se ogni tanto avrei bisogno di un po' di tempo per me, è un'esperienza

veramente molto interessante che mi sta facendo avvicinare giorno dopo giorno sempre di più a BABA!!! Baba nam kevalam!!!

Poi all'ora del kiirtan e meditazione ci sono andato, ed ho fatto una bella meditazione, 50 minuti circa... la prima volta per me! All'ora del karma yoga non mi sono fatto vedere, non avevo proprio voglia e volevo in tutti i modi un po' di tempo per me! Così mi sono messo a studiare un po' di inglese... poi quando la mia mente era stanca ho preso "Baba Mala" e mi sono messo a leggere. Ho letto il racconto in cui la margii di Pisa lavora per più di un mese per salvare circa 20000 piante insieme ad un altro lft... che belle storie ci sono in quel libro!"

"Un uomo non deve essere fatalista, un uomo non deve essere un adoratore del destino, un uomo deve essere coraggioso; egli dovrebbe affrontare coraggiosamente tutti i conflitti, tutte le conseguenze.

Madhu Karuna 2007 – Una Famiglia Universale

Namaskar cara Famiglia,

quando Dada mi ha chiesto se volevo scrivere qualche riga sul Ritiro Settoriale Estivo (svoltosi dal 27 luglio al 2 Agosto a Madhu Karuna, Germania) ero un po' perplessa... mi venivano in mente le parole: ispirante, devozionale, semplicemente bello, coinvolgente; però poi ho pensato: vorrei per una volta parlare col cuore, non solo con la parte più "spirituale", ma anche quella più semplice ed umana.

Allora con questa premessa forse le parole giuste da associare a Madhukaruna sono: Famiglia e Gratitudine.

In che senso? Il percorso del tantra, dell'autoconoscenza, non è semplice e molte volte è pieno di ostacoli che ci sembrano montagne insuperabili. Per quanto possiamo essere sadhaka realizzati o credere fermamente nella disciplina e nell' "arte della spada" come direbbe Coehlo, alcune volte le sfide sono tanto dure, e la sofferenza si fa sentire nel cuore e nella mente.

Quest'anno forse ho imparato, e soprattutto ho sperimentato, come le mani delle persone, le voci e gli abbracci sono "un'estensione fisica", vera, reale, di Baba, che ci trasmette il Suo Amore incondizionato sempre, ad ogni angolo e proprio nel momento del bisogno.

E l'ho potuto toccare di persona, perché proprio quando "afflitta e sconsolata" (sigh) dalle mie vicende personali me ne andavo in cerca di risposte intime a meditare nella stanza del Guru senza ricevere (direttamente) una risposta, scendendo le scale, un po' rotte e buffe, di quell'edificio "scapecio", incontravo regolarmente e senza chiederlo chi mi diceva una frase gentile, chi m'incoraggiava a fidarmi della mia parte più forte e interna, chi canticchiava il Kiirtan e m'invitava nel suo canto, o chi mi dava un consiglio prezioso su come andare avanti e muovermi meglio, o chi semplicemente condivideva la sua esperienza, facendomi comprendere che non sono l'unica a dover tirare fuori il coraggio e la forza d'animo!

Allora ho compreso l'importanza di cominciare a leggere il mondo in maniera più sottile e magica; l'universo è un riflesso puro e manifesto dell'Infinito e imparando a decifrare i segnali e i simboli, come dei bravi detective, o semplicemente osservatori e ascoltatori della natura, abbiamo l'opportunità di comprendere la direzione e il movimento!

Ed è questo che fa una Famiglia collettiva! Con le nostre azioni individuali, e grazie alla dinamicità che le rende coese come in un puzzle, ci stiamo aiutando ad andare nella direzione giusta...

Allora un sentimento di Gratitudine mi viene verso tutte le parole e le mani, i sorrisi e gli

sguardi che mi hanno riempito l'anima in quei cinque giorni e che mi hanno ricordato di mantenere la mente aperta e lucida, pronta e forte, per andare insieme verso di Lui.

Ecco perché cantiamo il Samghaccadvam... ed ecco perché ho sognato una volta una macchina piena di dipinti con il volto di Baba con mille espressioni diverse!

Allora racconto anche a voi cosa mi hanno detto questi compagni di viaggio... Didi Ananda Prama, Jayantii, Santosh, Sathia, Kiirti, Prashanta, Kamaleshvara, Ranjan, Rohini, Diipa, Shiila, Shivashankara, Manoranjan, Krishnaprya, Roshni, Didi Ananda Kaosthubha, Dada Devavratana, Didi Ananda Praveda, Didi Ananda Devaprya, Nihikil, Niilakantha e tutti gli altri che ho incontrato nel "fortino magico" di Madhukaruna.

"In quest'universo c'è un'Unica Entità, un'Unica Personalità. Apparentemente siamo molti, ma fundamentalmente siamo tutti Uno."

E come sempre il kiirtan notturno, con le candele e le voci danzanti hanno fatto il resto!!!!

BABA NAM KEVALAM

Dopo sette anni di Ananda Marga, soffermarmi a pensare e a scrivere queste righe mi ha fatto capire come la mia vita sia cambiata e si sia arricchita. Grazie della vostra amicizia, amore, affetto,

Vi abbraccio a tutti!

Nel Suo Amore

Rupali



Study Circle – Unità di Trento e Salorno

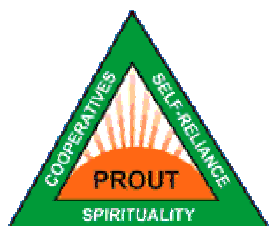
Namaskar a tutti!

Quest'estate in Trentino Alto Adige si è svolto un programma coordinato dalle unità di Trento e Salorno, con incontri tematici e Study Circle, sul Tantra Yoga come Scienza spirituale, sul Prout, il Neumanesimo e Amurt.

Avendo partecipato ad alcuni incontri, vi faccio un breve report delle iniziative e degli argomenti trattati. Spero possano essere ispiranti per organizzare nelle diverse unità attività simili, che oltre ad arricchire le nostre conoscenze ci regalano un piacevolissimo satsanga!



Lunedì 2 Luglio: Study Circle sul Prout

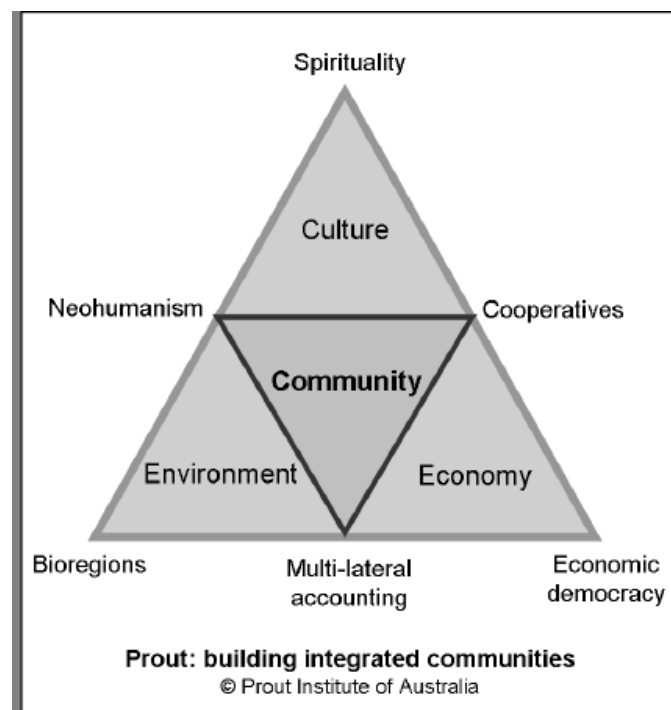


Attraverso lo studio e l'analisi dei testi scritti da P.R. Sarkar (nel Prout si parla di Anandamurti con il suo nome civile, proprio per evidenziare il carattere autonomo di questa teoria), sono state approfondite le

linee guida per la giusta evoluzione di una società umana progressista.

Viste le dinamiche sociali di sfruttamento, inquinamento ambientale e divario sempre più crescente tra i Paesi cd. del terzo Mondo e il capitalismo Occidentale; e vista la nascita di nuovi tipi di conflitto (su base etnica, religiosa, discriminazioni di genere o razziali causate dall'instabilità dei cd. Failed States); viste le "nuove guerre" per il controllo delle risorse energetiche (le cd. "idro-war o idro-jihad", che fanno dell'acqua l'oro blu delle prossime generazioni, realtà attuale in molti paesi, soprattutto in medio-oriente); sembra impossibile non pensare ad un fermento socio-economico di rinascita globale che faccia compiere un salto in avanti alla mentalità collettiva, per passare dal cd. Kali Yuga (l'era attuale di decadimento) all'era dei Sadvipras (Leader benevoli e spirituali). Gli strumenti operativi e l'approccio evidenziato dal Prout non sono solo una base teorica ma anche elementi pratici da riportare nella nostra vita quotidiana per la

massima utilizzazione delle risorse e lo sviluppo delle potenzialità individuali e collettive.



Ecco qualche esempio.

Nell'ambito domestico:

- Educazione al risparmio energetico (come la semplice sostituzione di lampadine ad incandescenza con quelle fluorescenti, l'applicazione di regolatori di flusso sui rubinetti, l'utilizzo di energie alternative - pannelli fotovoltaici - o rinnovabili, l'utilizzo di lavatrice, asciugatrice e lavastoviglie solo a pieno carico, ecc.).

- Raccolta differenziata (e incentivo della cd. "filosofia delle 4R": riduzione, riutilizzo, riciclaggio, recupero).

Nell'ambito economico:

- Utilizzo razionale del nostro portafoglio (massimizzare la produzione dei prodotti primari, non quella di beni di lusso, per la parità tra produzione e consumo e assicurare che il fabbisogno minimo sia garantito a tutti).

- Consumo di prodotti del commercio Equo e Solidale, o di cooperative locali, cercando di arginare e ostacolare la logica del profitto delle multinazionali che oltre a perseguire una politica immorale creano delle disfunzioni macroeconomiche ben visibili nel ridotto potere d'acquisto di ogni individuo.

Nell'ambito educativo e sociale:

- Attraverso un'educazione neumanista e la condivisione di legami socio culturali come la lingua e l'espressione culturale nelle diverse comunità, che rispetti le tradizioni locali, ma non crei differenze o separazioni basate su socio-sentimenti o geo-sentimenti.

Lunedì 6 Agosto: Study Circle sull' Educazione Neo-umanista



Attraverso una presentazione power point, utilizzata anche nei seminari formativi di educazione Neo-umanista, è stata sottolineata la differenza tra emozione e sentimento devozionale come qualità interiore e personale di unirsi al Supremo.

Questo sentimento profondo, proprio come un germoglio che ha bisogno di cure e nutrimento

per crescere, dovrà lottare giorno dopo giorno difendendosi dall'esterno, dalla voracità di acquisizione, dai sentimenti nazionalistici, dai conformismi di massa, eliminando tutte le grettezze e ristrettezze mentali "dai rami" del suo essere.

Ed è proprio l'educazione Neoumanista, come metodo educativo globale, che forma il bambino nella sua totalità, basandosi sulla psicologia comprensiva della coscienza umana, integrando tutti gli aspetti e livelli della mente in un'armoniosa sintesi tra razionalità e creatività, misticismo e praticità, scienza oggettiva e soggettiva, come educazione innanzitutto all'amore verso ogni creatura animata ed inanimata.

In Europa ci sono oltre 20 scuole neoumaniste, tra asili nido, scuole materne e scuole elementari che applicando tali principi portano l'importante messaggio che per una rivoluzione di coscienza è necessario un metodo che parta dalle radici dell'umanità, proprio nei giardini d'infanzia.

"Tutte le molecole, atomi, elettroni, protoni, positroni e neutroni, sono la vera espressione della stessa Coscienza Suprema. Coloro che ricordano questa realtà, che hanno sempre viva nei loro cuori questa realizzazione, sono detti quelli che hanno raggiunto la perfezione nella vita. Essi sono i veri devoti, i veri bhakta. Quando questo culto (...) devozionale non rimane confinato ad una mera pratica ma è invece elevato a sentimento devozionale, a missione devozionale, regno di ideazione devozionale, e quando lo spirito base dell'umanesimo è esteso ad ogni cosa animata ed inanimata di questo universo, io ho definito tutto questo come NEOUMANESIMO. Questo neoumanesimo eleverà l'umanesimo all'universalismo, il culto dell'Amore per tutti gli esseri creati di questo universo."

(Tratto dal libro "La liberazione dell'intelletto - Neoumanesimo" di Prabhat Ranjan Sarkar)

Lunedì 13 Agosto, Study Circle su Amurt.



Grazie al contributo di Giacomo Boselli, coordinatore italiano di Amurt Italia, abbiamo approfondito le attività svolte da quest'organizzazione di soccorso e servizio all'umanità, creata in India nel 1965, che conta

oggi gruppi di volontari in 80 paesi del mondo.

Attraverso un filmato di un progetto in Giamaica dove opera in loco Didi Ragamaya, per la costruzione di una scuola nella difficile realtà di Kingston, che è una delle città più problematiche e violente al mondo, specialmente nella Downtown, dove i servizi di base sono assenti, le abitazioni fatiscenti e dominano la povertà e il disagio sociale, abbiamo potuto toccare con mano le difficoltà pratiche che l'associazione deve affrontare nelle sue operazioni in loco che non possono trascurare gli ambiti politici, sociali e di advocacy, per rispettare le comunità locali, creando un clima di fiducia reciproco.

Per la realizzazione di tali progetti di sviluppo verso persone o gruppi sfavoriti nei Paesi del terzo Mondo, microprogetti, attività sociali e costruzione di Children's Home, oltre all'attività di volontari esperti e di personale nelle zone di intervento, Amurt si adopera quindi per trovare le fonti di finanziamento, e appoggiare le fasi di messa in opera dei progetti.

Amurt opera dunque nei diversi ambiti dell'emergenza umanitaria e dell'aiuto allo sviluppo, e Amurt Italia con la sua attività sostiene oltre 600 bambini svantaggiati in Africa, Asia, Sud America, Est Europa.

Chiunque desideri dare un contributo come volontario può contattare le diverse sedi in Italia disponibili al sito www.amurt.it, oppure se desidera aiutare finanziariamente tali progetti ha la possibilità di effettuare donazioni destinate ad interventi prioritari definiti in loco.

Dunque, queste sono state le iniziative, i temi trattati negli incontri estivi di Salerno, Mezzolombardo e Trento. Non posso concludere non rivelandovi gli altri segreti della magia estiva dell'Ananda Marga sulle Alpi: le meditazioni collettive, i Kiirtan, i Prasad, i Bambini che trotterellano durante i canti e la Compagnia Spirituale!!

Grazie della lettura©
Baba Nam Kevalam

Rupali

Crostata di Prugne

Per la pasta frolla:

300 gr di farina

150 gr. di burro morbido

½ bicchiere di zucchero grezzo di canna o bianco

scorza di limone

1 pizzico di sale

Acqua fredda q.b per l'impasto

Per la farcitura:

Marmellata di prugne

5-6 prugne a fettine



Lavorare la farina con il burro, lo zucchero, il pizzico di sale, e l'acqua fredda quanto basta per amalgamare gli ingredienti. Se possibile lasciare un'ora in frigo, e poi stendere la pasta con il matterello formando uno strato non troppo sottile e metterla in una teglia unta d'olio, oppure stesa sulla carta forno. Stendere uno strato di marmellata e disporre le prugne a fettine a stella, e cospargerle con un velo di zucchero.

Punzecchiare la pasta con una forchetta e mettere in forno già caldo a 180° per 40-45 minuti ca. Controllare la cottura: quando l'impasto è dorato, estrarre dal forno e lasciar raffreddare. Buon appetito!!!

Finto Parmigiano

1 tazza di lievito alimentare

½ tazza di mandorle crude spellate

(o altri semi a piacere, nocciole, anacardi, girasole, lino, in proporzioni che preferite)

Sale q.b

Tritare il tutto in un robot da cucina fino ad ottenere una polvere omogenea.

Conservare in frigo in un contenitore ermetico.

Ottimo per i vegan, per integrare proteine e vitamina B12, si può usare a piacere sulle zuppe, piatti freddi o caldi.

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