



“Il primo passo nella vita spirituale è quello di avere compassione. Una persona amichevole e amorevole non ha bisogno di andare alla ricerca di Dio. Dio attraversa tutti i cuori che battono con compassione – È il posto preferito di Dio” - Amma

Om Amriteshwaryai Namah

Benvenuti

Benvenuti a questo nuovo formato della Newsletter di AYUDH. Non solo l'aspetto è diverso, ma sono incluse nuove sezioni e articoli che mirano a informarti delle attività di AYUDH in tutta Europa invitandoti a condividere pensieri, idee e opinioni su argomenti di ogni genere. Pubblicata in inglese, francese, spagnolo, tedesco, olandese e italiano, questa newsletter ha lo scopo di mettere in collegamento i

Giovani di Amma di tutto il mondo, fornendo una piattaforma per lo scambio e l'ispirazione reciproca.

Non importa in quale lingua ricevi questa newsletter: essa deve parlare la TUA lingua. Perciò ti invitiamo a inviarci i tuoi contributi e suggerimento via email, così che questa rivista possa crescere e diventare ancor più interessante e diversificata.

Om Amriteshwaryai Namah.



"Have the conviction that God is your only real relative and friend."

—Amma

In Tour

AMMA'S YOUTH January 2008

AYUDH ha fatto la sua comparsa in tutte le città del tour europeo di Amma. Presso il nostro stand abbiamo informato la gente sulle nostre attività precedenti e future, raccolto nuove idee per progetti futuri e interagito con molti giovani di tutta Europa. Un evento speciale è stato l'incontro con Bramachari Shubamrita, uno dei discepoli più anziani di Amma, tenutosi nella maggior parte dei programmi delle città. Attraverso la sua sagace e umoristica sessione di domande e risposte, egli ha dato alcuni consigli pratici su come integrare i principi spirituali nella vita moderna.

A Mannheim molti dei partecipanti dello scorso programma "Youth Exchange" si sono riuniti e hanno intonato la nostra canzone "Wings of a Dove" per Amma. Felice di vedere l'entusiasmo dei propri figli, Amma ci ha mostrato il pollice, in segno di approvazione, e con molto entusiasmo ha detto alle persone attorno a lei che la canzone era stata composta dai giovani stessi.

Grazie a tutti coloro che si sono impegnati e che ci hanno aiutato nel creare le basi per la gioventù di Amma che si sono estese ed espanse attraverso tutta l'Europa!



"Gioventù in Azione – Il video è online"
 Finalmente il video sull' incontro europeo: "Youth in Action 2007" è disponibile per essere visto online sul nostro indirizzo myspace: www.myspace.com/ayudheurope
 Il fotomontaggio è stato girato dai partecipanti del workshop cinematografico durante il ritiro. Elaborato dalla regista Christiane, si è trasformato in un divertente e sagace documentario sull'incontro. Ti invitiamo a guardarlo!

Ireland: Celebrating Peace Day

By Simone, AYUDH Ireland

Durante la giornata internazionale per la pace, il 21 settembre, si è tenuta una celebrazione della pace in due classi presso la cittadina di Inishowen, Irlanda. I sessantaquattro ragazzi, tra i 6 e i 9 anni, hanno adottato "La Pace" come proprio tema per la settimana.

Si sono tenute discussioni, sono state studiate differenti nazionalità del mondo, sperando di alimentare così un sentimento di tolleranza nei bambini attraverso questa comprensione.

Essi hanno imparato a conoscere bambini diversi sparsi nel mondo e nel proprio paese, e come questi possano soffrire per tanti motivi. Hanno scritto le loro

e "síocháin" (pace in lingua gaelica). I bambini hanno contribuito attentamente alla pittura e sono stati molto contenti del risultato finale.

Nel giorno della celebrazione si sono raccolti intorno al loro "tavolo della pace" e



concentrati sul globo: la luce della pace si è così diffusa in tutto il mondo, nei cuori e nelle teste di tutte le persone.

Essi individualmente hanno acceso le candele e le hanno posizionate intorno al globo, immaginando gli esseri della terra totalmente pervasi dalla pace.

Alle 12 si sono fermati per un minuto di silenzio, concentrandosi sulle fiamme delle loro candele. Dopo questa celebrazione, hanno cantato una canzone contenente alcune preghiere di Amma, e hanno augurato la pace e la giustizia in tutto il mondo:

Tutti nel mondo

*Che tutti nel mondo possan dormire senza paura
Almeno per una notte, dormire senza paura*

*Che tutti nel mondo possan mangiare a sazietà
Almeno per un giorno, mangiare a sazietà*

*Che ci sia almeno un giorno senza violenza
Nessun ferito, nessuno offeso*

*Che tutte le persone, giovani e anziani, servano i poveri e i bisognosi
Almeno per un giorno, servano disinteressatamente*

*Questo è il mio sogno, questa è la mia preghiera
La risposta è l'amore, l'amore è la via*

preghiere e auguri per la pace nelle loro vite, e per quelle degli altri, su immagini di colombe che hanno colorato e appeso in classe. Sono stati molto sinceri nelle loro preghiere e hanno cominciato a comprendere l'importanza della pace e l'unità del mondo.

I bambini hanno dipinto insieme un immagine 4x4 rappresentante la pace nel mondo. Hanno poi creato un disegno realizzando un globo con le parole "peace"



Il Darshan di Amma

Quanto segue è tratto da un discorso di Nath tenuto durante il programma di Amma a Monaco, Germania 2007.

Molti di voi potrebbero domandarsi: “Chi è Amma?”. Magari avete sentito dire che Lei è conosciuta nel mondo come leader spirituale, o che ha stabilito una delle più grandi istituzioni caritatevoli dell’India, Il Mata Amritanandamayi Math. O potreste essere venuti a conoscenza di Amma grazie ai suoi abbracci, chiamati anche *darshan*, con i quali ha benedetto milioni di persone in tutto il mondo.

Alcuni di voi sicuramente si chiederanno: “Perché Amma abbraccia le persone?” Un reporter della BBC una volta ha fatto ad Amma questa domanda a cui Ella ha risposto: “Questa domanda è come chiedere ad un fiume: ‘Perché scorri?’ Così come la natura del fiume è quella di fluire, è la natura di Amma esprimere l’amore che ha per l’intera creazione in questo semplice gesto di affetto.” Da dove viene fuori questo amore? Da dove Amma prende questa forza?

Amma dice che in realtà non c’è differenza tra la creazione e il creato. Perciò tutto quello che esiste in natura è divino. Tutto ha la stessa essenza, che è consapevolezza estrema o puro amore.

Per la maggior parte di noi è molto difficile concepire questo livello di realtà.

Noi vediamo Amma qui seduta, ecco il cameraman, molte persone che ci circondano. Ci possono piacere alcune di queste persone, altre no. Il cameraman può bloccarci la vista di Amma, la coppia vicino a voi può chiacchierare in maniera eccitata per tutta la durata del programma pomeridiano, vicino a loro un bambino sta piangendo. Ci sono molte ragioni che possono sconvolgere la nostra esistenza individuale. Potete immaginare di



Così come la natura del fiume è quella di fluire, è la natura di Amma esprimere l’amore che ha per l’intera creazione in questo semplice gesto di affetto.

prendere tutte queste persone tra le vostre braccia, baciare le loro guance e sostenere le loro schiene? In realtà, molte persone non abbracciano neanche i propri familiari.

Amma non è così. Nelle *Upanishad* è scritto che un maestro perfetto è colui che è in grado di riconoscere il proprio Sé in tutto quello che lo circonda e allo stesso tempo trovare tutto ciò che lo circonda all’interno del proprio Sé.

Amma è un perfetto esempio di un maestro del genere. Ella si identifica completamente con ciascuna persona che viene da lei e quindi può amare tutti ugualmente. Negli ultimi 36 anni, ha abbracciato oltre 26 milioni di persone senza distinzioni di etnia, colore della pelle, sesso, religione o casta. Lei lo ha fatto con l’amore, l’entusiasmo e la dedizione che solo una madre può avere. Ecco perché la gente La chiama “Amma”, che significa “Madre”.



Quando Amma viaggia in India, a volte oltre 100.000 persone vengono a un solo programma pubblico. Il darshan di Amma lì a volte continua per più di 20 ore di seguito. I visitatori internazionali che accompagnano Amma in questi tour hanno varie opportunità di aiutarLa durante questi "darshan-maratona". Uno dei compiti è quello di pulire i visi della gente che arriva per il darshan con fazzolettini di carta. Molti dei devoti sono stati in viaggio per giorni attraverso tutto il paese e in più sono stati in attesa per ore tutti insieme sotto al sole, solo per essere toccati da Amma per un breve momento.

Potete immaginare che i volti di queste persone sono spesso pieni di sudore e sporco. Benché io consideri un privilegio assistere Amma durante il suo darshan, devo ammettere che spesso non è stato facile per me toccare le facce di quelle persone.

In queste situazioni mi ricordo sempre che Amma presto abbraccerà, bacerà e conforterà amorevolmente ognuno di quegli uomini e donne – non importa come appariranno, quanto saranno puliti, in salute o malati. Così io sono stato in grado di riprendere questo compito con amore e rispetto, grato di avere l'opportunità di preparare queste persone per il darshan di Amma.

Questo piccolo esempio mostra come Amma ci ispiri attraverso il Suo abbraccio a sviluppare una maggiore comprensione, compassione e umiltà. Mentre io, ad un livello

di dualità, ho potuto vedere solamente l'aspetto antigienico di uno straniero, Amma ha dimostrato, attraverso la sua incondizionata accettazione di ognuno, la Sua esperienza di unità, in cui non esiste nulla di repellente, estraneo o sgradevole.

Dovrebbe essere detto che i volti delle persone non vengono puliti perché Amma è disgustata dal sudore e dallo sporco.

Amma dice che il sudore di una persona che sente devozione verso Dio ha un odore profumato per lei. È per via del rispetto

delle persone che una dopo l'altra poggiano i propri volti sul sari di Amma che questo sudore e queste lacrime vengono rimosse.

Amma dice che per lei non c'è un Dio che risiede separatamente da noi, al disopra delle nuvole, giudicando e comandando. Lei dice: "Io vedo

Dio in ogni cosa e dappertutto". Alcuni possono vedere il darshan di Amma come un atto di adorazione di questa essenza divina che è all'interno di noi. Si tratta di un rituale nel quale l'amore puro, che è la nostra anima interna, diviene tangibile a noi e può essere risvegliato. Se siamo in grado di prendere questa scintilla d'amore e farla bruciare come un fuoco, lentamente rimuoverà tutte le nostre negatività e riempirà le nostre vite con luce, calore e gioia profonde.

