



*Possa l'albero della nostra vita
essere fermamente radicato
nel terreno dell'amore.
Possano le buone azioni
essere le foglie di quest'albero.
Possano parole di gentilezza
costituirne i fiori
e possa la pace esserne il frutto.
Possiamo noi crescere ed espanderci
come una sola famiglia,
unita nell'amore,
per gioire e celebrare la nostra unità
in un mondo in cui regnano
la pace e l'appagamento.*

L'abbraccio di Amma

La storia straordinaria di un gesto
che sta cambiando il mondo.

In tutto il mondo è conosciuta come Amma, termine che in molte lingue del subcontinente indiano significa «madre». Si è anche guadagnata l'appellativo di Mahatma, «grande anima», un appellativo che tutti conosciamo perché legato al nome di Gandhi. Nei paesi dove si parla inglese viene spesso definita «the Hugging Saint», la santa che abbraccia. Da noi è nota come guru o sacerdotessa dell'abbraccio.

Stiamo parlando di Sri Mata Amritanandamay, che sarà in Italia dal 13 al 15 novembre prossimi, per tre giorni di incontri a MalpensaFiere (Busto Arsizio). L'anno scorso nel suo appuntamento italiano ha incontrato e abbracciato circa 22.000 persone. Proprio così, abbracciato! L'incontro con Amma è diretto, trascende le parole, le lingue, le culture, le ideologie politiche e le religioni. Accade nel modo più semplice e naturale, riportando ogni essere umano al calore e all'accoglienza originaria del grembo materno.

Nel mondo sono più di 31 milioni le persone che, in vent'anni, si sono messe in fila per farsi stringere tra le sue braccia, gente comune e personaggi famosi, da Sharon Stone a Dario Fo e Franca Rame. Amma siede per ore, anche venti di fila, senza mangiare, sorseggiando ogni tanto un po' di latte di cocco, sorridente, con le mani giunte e vestita di un sari bianco, mentre moltitudini di persone sfilano davanti a lei per ricevere il suo abbraccio. Le parole di chi ha partecipato al *darshan*, termine sanscrito che descrive l'esperienza dell'incontro con un santo o un saggio, testimoniano un inaspettato senso di pace, serenità e protezione. Quando una giornalista della Bbc le ha chiesto perché abbraccia le persone, Amma ha risposto: «È come chiedere a un fiume perché scorre: accade spontaneamente perché è la sua natura. La natura di Amma è quella di una madre che esprime l'amore per i suoi figli». In un'altra intervista alla Cnn ha specificato:

«Con l'abbraccio voglio risvegliare, sia negli uomini che nelle donne, il sentimento materno che nel mondo di oggi si va perdendo, mentre è estremamente necessario».

La vocazione ad abbracciare le persone sofferenti per offrire loro conforto si è manifestata in Amma quando aveva 14 anni. Nella sua cultura e nel suo ambiente non è permesso toccare chi non fa parte della famiglia, specialmente gli uomini, ma a dispetto delle reazioni contrarie dei genitori, Amma ha continuato a seguire il proprio cuore. Nata in India nel 1953 in una semplice famiglia di pescatori del Kerala, fin da piccola attirava l'attenzione di tutti trascorrendo molte ore sulla spiaggia, immersa in profonda meditazione e componendo canti devozionali. I genitori non riuscivano proprio a capirla.

Con l'abbraccio voglio risvegliare, sia negli uomini che nelle donne, il sentimento materno che nel mondo di oggi si va perdendo, mentre è estremamente necessario.

«In India, le donne devono restare in secondo piano» spiega Amma. «Si dice che neppure i muri devono sentirle. I miei familiari non potevano accettare il modo in cui mi avvicinavo alle persone, non conoscevano i principi fondamentali della spiritualità».

A nove anni, quando la madre si ammalò, fu ritirata da scuola per restare a casa ad aiutare nelle faccende domestiche. Quando le capitava di incontrare persone che vivevano in condizioni di estrema indigenza, portava loro cibo e abiti prelevati da casa e per questo la sua famiglia, che non era affatto ricca, la rimproverava e la puniva.

Quando Amma aveva ventuno anni, la sua grandezza spirituale cominciò a essere riconosciuta e accettata dagli abitanti dei villaggi e delle regioni vicine, tanto che in pochissimo tempo iniziò ad attrarre persone da tutto il mondo. Verso la fine del 1970, un piccolo numero di giovani arrivò per vivere accanto a lei, creando un primo nucleo di discepoli. Nel 1981, nel suo villaggio natale, venne creato Amritapuri, l'ashram che oggi conta più di 3000 residenti.

L'abbraccio di Amma, ripetuto ininterrottamente giorno dopo giorno, è diventato simbolo e catalizzatore di un movimento umanitario di dimensioni mondiali e in costante crescita che, non a caso, si chiama *Embracing the World* (abbracciando il mondo), rappresentato nel nostro



Amritapuri, l'ashram principale di Amma.

Paese dall'Associazione *Amma Italia*. Si tratta di una rete internazionale di organizzazioni umanitarie locali e regionali attiva in oltre 40 paesi. *Embracing the World* ha lo scopo di alleviare la sofferenza e il disagio dei poveri, aiutandoli a rispondere alle cinque esigenze fondamentali: cibo, alloggio, istruzione, salute e reddito. Ha fornito cure gratuite a oltre due milioni di pazienti, costruito 40.000 case per i senza tetto, provveduto a 100.000 pensioni per donne sole e disabili, finanziato il microcredito per le donne e l'istruzione di decine di migliaia di bambini in condizioni di povertà.

A noi può sembrare bizzarro, ma per decenni Amma ha finanziato i matrimoni di coppie povere. In India il matrimonio è essenziale alla stabilità dell'intera famiglia e la cerimonia implica costi proibitivi per chi è povero e ha parecchie figlie. Così, Amma offre tutto il necessario per la celebrazione del rito tradizionale, compreso il *sari* nuziale della sposa. Dal 2005 *Embracing the World* gode dello status di consulente speciale dell'Onu per le attività umanitarie, come riconoscimento delle eccezionali opere di soccorso destinate alle vittime del terremoto del Gujarat, dello tsunami nell'Oceano indiano e dell'uragano Katrina negli Stati Uniti. Azioni di aiuto che continuano a sostegno alle popolazioni colpite dalle alluvioni del 2009 in India o dai terremoti ad Haiti e in Giappone degli anni successivi. L'ammirazione per il modo di operare efficiente e tempestivo di *Embracing the World* è espressa dalle parole dell'ex-sottosegretario generale dell'Onu, Olara A. Otunnu: «Sono stato particolarmente colpito da



come il denaro che viene mobilitato vada direttamente a chi ne ha bisogno. Mi ha impressionato come Amma abbia fatto in modo che questa formula funzionasse, agendo in modo spontaneo e istintivo. Questo ha dato rapidità e slancio, ha tagliato la burocrazia e ha ispirato le persone a dare un sostegno immediato e di qualità a chi ne aveva bisogno. Penso che le ong internazionali e le agenzie dell'Onu abbiano qualcosa da imparare dalla sua opera».

Per la sua azione umanitaria e la sua profonda saggezza spirituale, Amma ha ottenuto numerosi e prestigiosi riconoscimenti internazionali. Nelle sue parole: «Il nostro scopo non dovrebbe essere soltanto quello di avere un mondo fiorente e prospero, ma un mondo contraddistinto da pace, cooperazione, unità e compassione verso tutti gli esseri. [...] È necessario che tutto il mondo progredisca a livello culturale, morale e spirituale. [...] Nessuno può negare la molteplicità del mondo, in quanto questa

Campo medico di Embracing the World in occasione dell'alluvione nello stato del Bihar (India) nel 2008.

è la sua vera natura. Se raggiungiamo una comprensione più profonda e incorporiamo i valori umani più nobili nella nostra vita, realizzeremo che la bellezza del mondo sta proprio in questa molteplicità».

La via per la trasformazione va cercata da ciascuno in se stesso: «Il vero cambiamento deve avvenire dentro di noi, perché soltanto quando i conflitti e le negatività vengono rimossi dal nostro interno possiamo interpretare un ruolo veramente costruttivo nello stabilire la pace. Nessuno è un'isola distaccata, siamo tutti anelli nella grande catena della vita. Che ce ne rendiamo conto o meno, ogni nostra azione ha un effetto sugli altri. Le vibrazioni di gioia e di dolore, come pure i buoni e i cattivi pensieri emanati da ogni essere umano, permeano l'intero universo, influenzando ognuno di noi. L'intero cosmo esiste in uno stato di mutua dipendenza e sostegno. [...] Il dolore di ogni essere vivente è il nostro dolore e la felicità di ogni vivente è la nostra felicità».

Tutte le attività che si svolgono intorno ad Amma sono realizzate su base volontaria, sia che si tratti di organizzare eventi (presso l'incontro a MalpensaFiere prestano la loro opera circa 500 persone), sia che si tratti di concretizzare grandi pro-

Amma in Italia

Da martedì 13 a giovedì 15 novembre Amma sarà presente presso il Centro Congressi ed Esposizioni MalpensaFiere, via XI Settembre 16, Busto Arsizio (Va).

Per informazioni sullo svolgimento del programma:

- Raul, tel 349 3699460 - info@amma-italia.it
- Giuliana (inglese), tel 338 5349318 (dalle 18 alle 23) - helpdesk@amma-italia.it

Informazioni sul servizio volontario:

- Isabella, tel 080 5617237 - surabhi-coord@amma-italia.it
- Paola tel 035 21771 - paola-coord@amma-italia.it

getti umanitari o produrre beni e servizi nei vari centri, di cui il principale è Amritapuri. La parola sanscrita per descrivere questo modo di agire è *seva*, che definisce il servizio compiuto come offerta, senza aspettative né attaccamento al risultato; una disposizione che possiamo applicare a qualsiasi lavoro, traducendo così in pratica i principi spirituali.

Da un programma giornalistico della CNN veniamo a conoscenza di due storie, emblematiche e simili a tante altre: quella di Gotama, che negli Stati Uniti lavorava per Yahoo, e quella di Darshana, che quindici anni fa ha abbandonato una carriera di psicoterapeuta di successo a Saint Louis. Ora entrambi lavorano gratuitamente e vivono ad Amritapuri, contagiati dall'energia altruistica di Amma e animati dal desiderio di emularla.

Lo sguardo amorevole di Amma è rivolto a tutti gli esseri, non solo umani. L'attenzione per la terra e il Pianeta ha dato vita a *Greenfriends*, il

ramo ambientalista di *Embracing the World*, che ci incoraggia a risvegliare la nostra consapevolezza dell'unità tra umanità e natura, coltivando amore e rispetto per quest'ultima in un processo che è anche purificazione dell'anima.

Soltanto quando i conflitti e le negatività vengono rimossi dal nostro interno possiamo interpretare un ruolo veramente costruttivo nello stabilire la pace.

I progetti in via di realizzazione vanno dalla coltivazione di erbe medicinali e creazione di orti botanici in

Kerala (India), alla costruzione di un santuario per le api in Francia, fino alle banche di sementi biologiche nel Michigan (Usa). Altra proposta è quella di utilizzare tecniche tradizionali di tessitura per riciclare imballi di plastica, che si trasformano in articoli di uso quotidiano e soprattutto basi per brandine pieghevoli da utilizzare nelle operazioni di soccorso durante i disastri.

In nome dell'equilibrio interiore, sinonimo di bellezza, è stata anche lanciata in Europa *Amrita Organics*, una linea di prodotti per il benessere della persona, certificata BDI, con ingredienti provenienti al 100% da coltivazioni biologiche e gestita secondo la logica del commercio equo e solidale.

Fondamentalmente l'insegnamento di Amma chiede a ciascuno di esaminare la propria vera natura, credere in noi stessi, agire considerando tutto quello che ci circonda come parte di noi e vedendo noi stessi come parte del tutto. ●



Ludo ergo vivo

Il cammino del fare anima e dell'ecologia profonda.
www.nonterapia.ch

Percorsi accreditati a livello europeo in Counselling ad approccio immaginale, Yoga, Sciamanismo, Psicogenealogia, Costellazioni Immaginali, Tantrismo, Mindfulness ad approccio immaginale e Meditazione.

Dal 2003 con la Nonterapia «facciamo scuola» creando percorsi formativi di alto livello e viaggi di ricerca (www.voyagesillumination.com) che conducono nei luoghi dove da molti anni troviamo ispirazione e rendiamo disponibili esperienze indimenticabili: Ladakh, Bhutan, Birmania, Sri Lanka, India, Siberia,

Mongolia, Tibet, Argentina, Brasile.

Nonterapia è anche un centro di conoscenza e diffusione del Mother Mantra, il Mantra Madre nel mondo. Il Mantra Madre è un'antica disciplina di tecniche ed esercizi spirituali che permettono di mi-



gliorare la salute, acquisire serenità e compiere un percorso di evoluzione interiore. Il Mantra Madre proviene dalla tradizione sciamanica della foresta ed entra nelle città per ridare alla natura il suo respiro. Nonterapia ha sedi nella Svizzera italiana e francese, in Italia, nel Regno Unito e presso il dipartimento di sciamanismo dell'Università della Buriazia a Bohan, in Siberia.

La nuova era è adesso!

Se vuoi scoprire il mondo dei Nat, i Signori della Natura, il mondo dell'immaginale, della psicogenealogia, delle costellazioni familiari immaginali e della Nonterapia, leggi «Le carte dei Nat e le Costellazioni Familiari» di Selene Calloni Williams, edizioni Mediterranee, in tutte le librerie; un best seller della crescita personale, che conduce al cuore della magia del cambiamento con determinazione e semplicità.



Per informazioni: www.nonterapia.ch - info@nonterapia.ch - numero verde per l'Italia: 800 134784