

Notiziario del Centro di Meditazione di Roma della *Self-Realization Fellowship*

LUGLIO, AGOSTO, SETTEMBRE 2019



Sommario

Programma degli incontri speciali	2
Scuola Domenicale SRF	3
Gruppo Giovani SRF	3
Incontri presso l'Ambasciata dell'India	3
Volontariato	3
I Circoli di Meditazione SRF del Lazio	4
India Night	5
In Memoriam di Sri Mrinalini Mata	5
Tour SRF 2019 a Roma	5
La "Grande Notte"	6
La Convocazione SRF a Los Angeles	6
Gli insegnamenti di Paramahansa Yogananda sul web	7
L'Ordine Monastico SRF	7
Voluntary League Appeal	8
Contattare la Casa Madre della SRF	8
Informazioni varie	9

"Date amicizia a tutti, come fa Dio"

Paramahansa Yogananda

Cari Amici,

quale fermento spirituale, quanta gioia ed energia in questo periodo presso il nostro Centro! Tra le tante attività che hanno accompagnato il nostro percorso spirituale nei tempi più recenti vogliamo ricordare, per dolcezza e intensità, la meravigliosa meditazione guidata condotta dai bambini della Scuola Domenicale! Quella stessa intensità, quel meraviglioso senso di comunione che avvertiamo ogni volta che ci incontriamo per meditare insieme e per offrire le nostre azioni all'opera del Maestro, si sono concretizzati nella riunione dedicata al servizio, nel corso della quale sono emerse tante idee, tanti suggerimenti utili. Grazie, grazie, grazie: desideriamo che questa riunione divenga un appuntamento periodico per migliorare costantemente non solo *ciò* che facciamo, ma anche *come* lo facciamo.

Veniamo al futuro: due incontri importanti segneranno, come sempre, la conclusione delle attività del Centro prima della pausa estiva: il 25 luglio la Cerimonia in onore del Mahavatar Babaji e il 27 l'*India Night*; quest'ultima prevederà anche una meditazione e la visione di un bellissimo video su Daya Mata. Il mese di agosto, poi, non sarà certo privo di impegni, perché i giorni del *Tour SRF* a Roma si stanno avvicinando velocemente: i preparativi fervono e l'emozione cresce di ora in ora! Vogliamo ringraziare fin da subito i devoti che ci stanno scrivendo per offrire il loro servizio e quelli che, siamo sicuri, si aggiungeranno: l'aiuto di ciascuno è essenziale, e ne siamo veramente grati a tutti.

Vi auguriamo, di cuore, la pace più profonda nella meditazione e preghiamo affinché il Maestro ci guidi amorevolmente tutti insieme nel cammino spirituale.

In divina amicizia



Il Comitato di Coordinamento



PROGRAMMA DEGLI INCONTRI SPECIALI

Luglio

- mercoledì 17: ***Guru Purnima*** (18.30—20.00)
- giovedì 25: ***Cerimonia in onore del Mahavatar Babaji***
(18.00 —19.00 meditazione libera, 19.00—20.00 Cerimonia)
- sabato 27: ***Incontro prima della pausa estiva “India Night”***
(dalle 18.30)

Agosto

- sabato 3: ***Incontro speciale dedicato a Sri Mrinalini Mata***
(18.30—20.30)
- venerdì 9: ***Servizio di Meditazione in concomitanza con l’Iniziazione al Kriya Yoga della Convocazione SRF di Los Angeles*** (18.00- 20.00)
- sabato 24: ***Servizio di Meditazione nella ricorrenza del Janmashtami (nascita di Sri Krishna)*** (18.00—20.00)

Settembre

- sabato 7: ***Cerimonia in onore di Sri Krishna***
(18.00 —19.00 meditazione libera, 19.00—20.00 Cerimonia)
- giovedì 19 — domenica 22: ***Tour dei Monaci SRF a Roma***
- giovedì 26: ***Cerimonia per il mahasamadhi di Lahiri Mahasaya***
(18.00 —19.00 meditazione libera, 19.00—20.00 Cerimonia)
- sabato 28: ***Giornata Internazionale della Pace (Outreach della Pace)***
- lunedì 30: ***Cerimonia per la nascita di Lahiri Mahasaya***
(18.00 —19.00 meditazione libera, 19.00—20.00 Cerimonia)



SCUOLA DOMENICALE SRF PER BAMBINI

Gli incontri della Scuola Domenicale SRF per bambini si tengono di regola una volta al mese, di domenica, dalle 11.30 alle 13.00.

Dopo la pausa estiva gli incontri riprenderanno l'8 settembre.

Per informazioni 06/31054519 oppure scrivere a padmaraja44@gmail.com



INCONTRI DEL GRUPPO GIOVANI SRF

Gli incontri del Gruppo Giovani SRF di Roma si tengono generalmente il primo lunedì di ogni mese, dalle 19.30 alle 20.30. Sono rivolti a coloro che non hanno compiuto i 40 anni di età. L'incontro è seguito dalla proiezione di un video e da una cena. Il primo incontro dopo la pausa estiva si terrà il 23 settembre. Per informazioni: martina.santangelo@fleetsupport.it

INCONTRI PRESSO L'AMBASCIATA DELL'INDIA

L'ultimo giovedì di ogni mese, dalle 17.45 alle 19.00, presso la sede dell'Ambasciata dell'India in via XX Settembre n. 5 a Roma, si tengono degli incontri pensati per diffondere la conoscenza degli insegnamenti di Paramahansa Yogananda. La partecipazione è libera e gratuita, ma su prenotazione. Dopo la pausa estiva gli incontri riprenderanno il 26 settembre. Per ogni informazione si rimanda al sito www.yogananda-roma.org

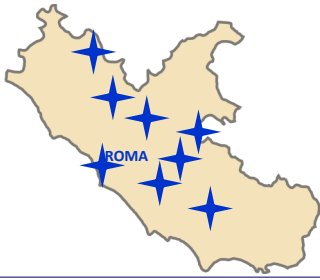


VOLONTARIATO

Il Centro SRF di Roma è sempre grato ai volontari che si adoperano per il buon andamento delle tante attività proposte, anche in occasione del Tour SRF, che richiederà un impegno ulteriore a tutti i devoti che già servono l'opera di Gurudeva. Per offrire il vostro aiuto o avere informazioni al riguardo chiamare 06/31054519 o scrivere a centrodiroma@yogananda-roma.org



La Casa Madre della
Self-Realization Fellowship
a Mount Washington, Los
Angeles (USA)



I CIRCOLI DI MEDITAZIONE *SRF* DEL LAZIO

Continuano a sbocciare attività sotto l'egida della SRF nel Lazio! In un moto piano, ma sostenuto, si moltiplicano i Circoli *SRF* che offrono a molti devoti l'occasione di incontrarsi per meditare insieme.

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Aprilia**
Via Antonio Meucci, 72
email yogananda.srf.aprilia@gmail.com

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Grottaferrata**
Villa Abbamer, Via Tuscolana, 345
email yogananda.srf.grottaferrata@gmail.com / tel. 349 325 3821

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Latina**
Corso G. Matteotti, 126
email yogananda.srf.latina@gmail.com / tel. 349 31 66 206

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Ostia Antica**
Via Fabio Gori, 27
email yogananda.srf.ostiaantica@gmail.com

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Palestrina**
Via Prato Bini, 7
email yogananda.srf.palestrina@gmail.com tel. 347 178 8553

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Roma Tor di Quinto**
Via Tuscia, 61
email yogananda.srf.romatordiquinto@gmail.com

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Sacrofano**
Via Pozzalone, 12
email yogananda-sacrofano@hotmail.com — p.decarolis@gmail.com

Circolo di Meditazione della Self-Realization Fellowship di **Viterbo**
Via delle Monache, 1
email yogananda.srf.viterbo@gmail.com tel. 0761 476030

INDIA NIGHT



Come tradizione da vari anni, l'India Night è l'ultimo incontro organizzato dal nostro Centro prima della pausa estiva di agosto. L'appuntamento è per sabato 27 luglio. Il programma prevede una meditazione con *kirtan* in cappella a cominciare dalle 18.30, poi la visione di un video curato dal nostro Centro sulla visita in India di Sri Daya Mata alla grotta del Mahavatar Babaji, avvenuta nel 1969. A seguire una cena con gustose pietanze della cucina indiana.

Vi aspettiamo numerosi, anche insieme ad amici e familiari!

Per informazioni chiamare 06/31054519 o scrivere a: centrodiroma@yogananda-roma.org

IN MEMORIAM DI SRI MRINALINI MATA



Il 3 agosto 2017 la nostra amata Sri Mrinalini Mata lasciò serenamente questo mondo per raggiungere i regni eterni della beatitudine e della libertà che si trovano nello Spirito. A due anni di distanza, il Centro SRF di Roma organizza in sua memoria un incontro speciale sabato 3 agosto, dalle 18.30 alle 20.30.

Nella prima ora dell'incontro ci sarà una meditazione con *kirtan*, mentre nella seconda sarà proiettata parte del video del Servizio *In Memoriam*, tenuto l'11 agosto 2017 durante l'annuale Convocazione SRF a Los Angeles.

TOUR 2019 DEI MONACI SRF A ROMA



Cari amici, come molto probabilmente saprete già, dal 19 al 22 settembre a Roma si terrà il Tour dei Monaci SRF. Il Tour si aprirà con una conferenza pubblica presso l'Auditorium Parco della Musica di Viale de Coubertin, mentre tutte le altre attività, compresa l'iniziazione al *Kriya Yoga*, si svolgeranno all'Hotel Roma Aurelia Antica. I preparativi procedono nel migliore dei modi, ma c'è comunque tanto da fare, pertanto invitiamo tutti coloro che desiderano rendersi utili ad offrire la propria disponibilità contattando i responsabili dei volontari del Tour al numero 351 990 3887 o alla email srftourroma2019@yogananda-roma.org

I devoti che desiderano sposarsi o battezzare i propri figli con il rito della *Self-Realization Fellowship* possono prenotarsi compilando le schede apposite.

Il programma dettagliato del Tour, le schede per i battesimi e i matrimoni e molte altre utili informazioni sono disponibili alla pagina

<https://www.yogananda-srf-italia.com/eventi/tour-dei-monaci>

LA GRANDE NOTTE

Pubblichiamo volentieri la notizia di una splendida iniziativa di alcuni devoti, alla quale in poco tempo hanno aderito più di duecentosettanta iscritti SRF di tutta Italia.

Chiamata "La Grande Notte", l'iniziativa si ispira al consiglio del Maestro di praticare una lunga meditazione notturna, contenuto nel suo *God talks to Arjuna*: «Una mente pigra non può concentrarsi sulla gioia dell'anima interiore. Alcuni yogi consigliano a coloro che possono disporre liberamente del loro tempo, di dormire cinque ore nel pomeriggio e di praticare la meditazione yoga estatica durante la maggior parte della notte. Per "notte" si intende il periodo tra il tramonto e l'alba, ma gli yogi denominano l'orario dalle 21.30 alle 04.30 del mattino come "la grande notte", orario particolarmente adatto alla meditazione a causa del minore disturbo da parte di certe correnti magnetiche della terra.»

Ispirandosi a questo scritto, un piccolo gruppo di devoti SRF ha sperimentato con successo la meditazione della "Grande Notte", di conseguenza si è pensato di condividere l'esperienza con quanti più iscritti SRF possibili, per meditare insieme **ogni ultimo sabato del mese**, dalle 00:00 alle 02:00 del mattino.

Chi desidera partecipare deve inviare un messaggio via WhatsApp al 339 614 6508 con il testo: "ADERISCO"; il suo numero viene allora inserito nell'elenco di una chat da cui, prima della mezzanotte del sabato in questione, riceve un link con il video dell'intero Servizio di Meditazione (con preghiere, brevi letture di ispirazione, *kirtan*, due periodi di meditazione della durata di 40 minuti ciascuno e un Servizio di guarigione finale). Alla mezzanotte precisa i partecipanti attivano il video del link e iniziano a meditare tutti insieme, in sintonia spirituale anche se in città lontane tra di loro.

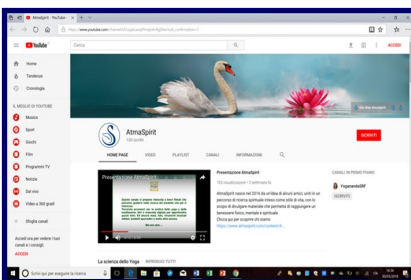
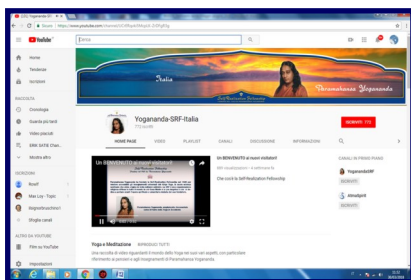


LA CONVOCAZIONE SRF 2019 A LOS ANGELES



Dal 4 al 10 agosto, a Los Angeles, si terrà la Convocazione mondiale della *Self-Realization Fellowship* per il 2019. Migliaia di devoti SRF giungono da tutto il mondo per godere di una settimana dedicata al rinnovamento spirituale e alla divina amicizia. La Convocazione è una meravigliosa opportunità per rendere più profonda la comprensione degli insegnamenti di Paramahansa Yogananda e per ricevere nuove ispirazioni di crescita spirituale. Il programma della Convocazione prevede lezioni sulla scienza della meditazione, conferenze sull'"arte di vivere", pellegrinaggi ai luoghi in cui Paramahansa Yogananda è vissuto e ha lavorato per la sua opera spirituale, meditazioni di gruppo con *kirtan*, la possibilità di incontri individuali per ricevere consiglio dai monaci SRF e, evento centrale dell'intera settimana, l'iniziazione al *Kriya Yoga*. Per ogni informazione visitare la pagina <https://yogananda.org/srf-world-convocation-overview>

GLI INSEGNAMENTI DI PARAMAHANSA YOGANANDA SUL WEB



Per i devoti del nostro Maestro e per tutti coloro che traggono ispirazione dalle sue parole, sono stati creati un sito web e due canali YouTube. Il sito offre informazioni di base su Paramahansa Yogananda e sulla SRF. Le pagine *ISPIRAZIONE* e *MEDITAZIONI*, contengono dei video molto interessanti. La pagina GRUPPI SRF permette di sapere in quali città italiane ci sono devoti che organizzano Servizi di meditazione e altre attività ispirate agli insegnamenti del nostro Guru. La pagina TOUR SRF, infine, fornisce le informazioni sui Tour dei Monaci SRF che ogni anno vengono tenuti in Italia. www.yogananda-srf-italia.com

Dei due canali YouTube il primo è **Yogananda-SRF-Italia** che contiene molti filmati riguardanti Yogananda, i suoi scritti e le sue parole, la SRF, il mondo dello Yoga in generale e altro ancora. Per una migliore consultazione, il materiale è suddiviso per argomento in varie playlist, che saranno nel tempo arricchite e ampliate. Questo è il link per accedervi:

<https://www.youtube.com/channel/UCrERqvk5McpLK-ZrDFgR3g>

Un altro canale YouTube è nato per iniziativa degli amici di **Atmaspirit**, che stanno pubblicando piccoli spezzoni di tutti i DVD SRF con i sottotitoli in italiano. Questo è il link per accedervi:

https://www.youtube.com/channel/UCusjacLeopFhmjbxhrRgDew?sub_confirmation=1

L'ORDINE MONASTICO DELLA SRF

Il nucleo centrale della *Self-Realization Fellowship* è costituito dall'Ordine Monastico fondato da Paramahansa Yogananda. Il principale impegno di coloro che entrano a far parte dell'Ordine Monastico della *Self-Realization Fellowship* è quello di coltivare un sempre crescente amore per Dio e, abbandonando ogni desiderio minore dell'ego, fare in modo che Dio divenga l'unica Realtà che compenetra la vita, ogni giorno, ogni momento dell'esistenza, fino a raggiungere la completa liberazione nello Spirito. Essi seguono i principi stabiliti da Paramahansaji per una vita spirituale equilibrata: meditazione e preghiera, servizio, introspezione e studio spirituale, esercizio fisico e relax, periodi di solitudine e silenzio. I requisiti di base per entrare a far parte dell'Ordine Monastico della *Self-Realization Fellowship* sono i seguenti: essere celibi, in buone condizioni di salute fisica e mentale, liberi da ogni legame familiare, di età compresa fra i 18 e i 40 anni e studenti delle lezioni della *Self-Realization Fellowship* da almeno un anno. Se ritenete che una vita dedicata all'evoluzione personale, alla meditazione e al servizio in una comunità monastica sia ciò che state cercando e se desiderate maggiori informazioni sulla possibilità di seguire la vostra vocazione nell'Ordine Monastico SRF, vi invitiamo a contattare la Casa Madre della *Self-Realization Fellowship*.

https://www.yogananda-srf.org/monasticorder/LOrdine_monastico_della_SRF.aspx



VOLUNTARY LEAGUE APPEAL

Le donazioni alla *Self-Realization Fellowship* sono utilizzate per sostenere la diffusione degli insegnamenti di Paramahansa Yogananda in tutto il mondo, attraverso le *Lezioni SRF*, libri e altre pubblicazioni, registrazioni audio-video, tour di conferenze, ritiri spirituali e consultazioni individuali sulla pratica degli insegnamenti *SRF*. Le offerte, inoltre, consentono di salvaguardare e mantenere i luoghi in cui Paramahansa Yogananda ha vissuto e lavorato, compresa la Casa Madre, nonché i templi, i ritiri e gli *ashram* della *SRF*, infine di sostenere l'impegno *SRF* nel campo dell'assistenza sociale in molte parti del mondo. Qui di seguito alcune delle entusiasmanti iniziative che il contributo economico dei devoti ha permesso di iniziare a realizzare negli ultimi mesi: **la pubblicazione di una nuova e ampliata edizione delle Lezioni SRF, il lancio del nuovo sito web SRF, l'uscita di nuove iniziative editoriali**. Il supporto di ciascun devoto permette alla missione di Paramahansaji di giungere a molte persone. Per maggiori informazioni e per offrire direttamente un contributo:

http://www.yogananda-srf.org/supportsrf/Per_sostenere_la_SRF.aspx#.XB_9mzBKgdU



Self-Realization Fellowship
Voluntary League Newsletter
A REPORT ON OUR RECENT ACTIVITIES — SUMMER 2019

Release of the New and Expanded Edition of the SRF Lessons

The new and expanded edition of the *Self-Realization Fellowship Yogi's Satsang Society Lessons* was inaugurated by SRF VSS president Brother Chikanda on January 31, 2019, during a special event livestreamed from the SRF Mother Center in Los Angeles, which was watched by thousands of members and friends around the world. Enrollment began the following day.

Thus, the definitive presentation of Paramahansa Yogananda's teaching and techniques that he envisioned for the *SRF Lessons* is now available to the world. This new edition of the *Lessons* is a truly comprehensive resource for followers of the Kriya Yoga path to God-realization that he brought. In addition to the *Lessons* themselves, the new edition of Paramahansa's home-study series offers a rich library of multimedia auxiliary content to help you deepen your application and practice. These items — available exclusively to those who have enrolled for the *Lessons* — are accessible through the SRF member portal on our website and through the newly created SRF Lessons app.

- Video and audio classes by SRF monastics are linked to the *Lessons* on the techniques of energization and meditation.
- Audio recordings of Paramahansa Yogananda, including some that have never been made public before, complement many of the *Lessons*.
- Each *Lesson* has an optional study and introspection guide.

To all who have contributed through material support and prayer in this monumental and historic achievement, we offer our heartfelt gratitude.

For the first time ever, SRF is making the new edition of the Lessons available in digital form — through a new, proprietary SRF Lessons app. We are deeply grateful to the anonymous donor whose generosity funded its development. Through study of the printed version of the Lessons is intended to be the principal means of absorbing the teachings, the new app enables students to benefit from reading the Lessons while away from home and to access the Lessons multimedia content.

COME CONTATTARE LA CASA MADRE SRF



La Casa Madre della *Self-Realization Fellowship* è lieta di offrire assistenza a chiunque abbia bisogno di aiuto spirituale o richieda informazioni di varia natura sulla *SRF*. È possibile contattare la Casa Madre *SRF* tramite telefono, e-mail e posta ordinaria.

PER INFORMAZIONI PRATICHE, come quelle riguardanti l'iscrizione alla *SRF* (compilazione e spedizione del modulo di iscrizione), le *Lezioni SRF* (pagamento, ricezione, cambiamenti di indirizzo), l'acquisto di bracciali astrologici, nonché per avere consulenza sul numero dei *kriya* da praticare, potete chiamare il numero **001 818 549 5181**. Il centralino telefonico è attivo durante l'orario di ufficio locale (dal lunedì al venerdì, 8:30 – 16:30 ora di Los Angeles, ovvero 17:30 – 01:30 ora italiana). Sarete messi in contatto con un monaco o una monaca che parla Italiano o, nel caso in cui non ci fosse nessuno disponibile al momento, la chiamata verrà indirizzata ad una segreteria telefonica in Italiano. Lasciando un messaggio con il vostro nome e cognome, numero di telefono e motivo della chiamata, sarete richiamati entro breve tempo. In alternativa, potete scrivere una mail in Inglese o in Italiano a membershipservicesdepartment@yogananda-srf.org

PER CONSIGLI DI ARGOMENTO SPIRITUALE potete chiamare il seguente numero: **001 818 549 5184** (per orari vedi sopra). Vi risponderà una segreteria telefonica in Italiano, presso la quale potrete lasciare il vostro nome e cognome, numero di telefono e motivo della chiamata. Anche in questo caso sarete richiamati entro breve tempo da un monaco o una monaca che parla Italiano.



NOTIZIE DAI SITI WEB DELLA SRF E YSS

In occasione della pubblicazione delle nuove Lezioni SRF, sono stati rinnovati i siti web della *Self-Realization Fellowship* e della *Yogoda Satsanga Society of India*. Ciò nonostante, il precedente sito web, disponibile sia in inglese che in varie lingue fra cui l'Italiano, è comunque online. Alcuni dei links elencati qui di seguito, quindi, conducono a pagine in cui è possibile scegliere se visitare il vecchio o il nuovo sito.

Per conoscere la missione di Paramahansa Yogananda e della SRF (sito in lingua italiana):

<https://www.yogananda-srf.org/Default.aspx?langtype=1040>

Per avere informazioni sulle attività della SRF in Italia:

<http://www.yogananda-srf-italia.com/>

Per conoscere il programma dei ritiri SRF nel mondo:

http://www.yogananda-srf.org/tmp/centers.aspx?id=92#XCa9_zBKgdV

Per scaricare il modulo per la richiesta delle Lezioni riassuntive in Italiano e altri supporti SRF:

http://www.yogananda-srf.org/uploadedFiles/meditation/HomeStudy/LessonsApplication_2018_Italian.pdf

http://www.yogananda-srf.org/uploadedFiles/meditation/HomeStudy/WhatsSRF_I_1318WEB.pdf

<http://www.yogananda-srf.org/digitalsamplers/2019Catalog-Italian/index.html>

http://www.yogananda-srf.org/uploadedFiles/aboutsrf/WWPC_I.pdf

Per informazioni sulle Lezioni SRF in Inglese e sull'iniziazione al Kriya Yoga:

http://www.yogananda-srf.org/PY_SRF_Lessons_for_Home_Study.aspx#XCbBYjBKgdU

Per ricevere via e-mail la SRF Newsletter inserire il proprio indirizzo e-mail su:

<https://visitor.r20.constantcontact.com/manage/optin/ea?v=0013yYWxlr3lUFcQonXX6dAfw%3D%3D>

Per essere aggiornati sulle attività della YSS (Yogoda Satsanga Society — SRF in India):

<http://www.yssofindia.org>

Per iscriversi alla e-Newsletter della Yogoda Satsanga Society:

<https://ysofindia.org/contents/sign-up-for-yss-enews-digital-mailings>

Centro di Meditazione di Roma della *Self-Realization Fellowship*;

Via Dodecaneso, 15, 00144 Roma

Tel: 06/31054519; email: centrodiroma@yogananda-roma.org

<http://www.yogananda-roma.org>