

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

- Settembre 2015 -



*“Quando grazie alla tua devozione ti arrendi completamente al bene, trovi la pace.
La pace è l'altare di Dio, ed è la condizione necessaria perché esista la felicità”.*

Paramahansa Yogananda

Cari amici,

dopo la pausa estiva e il caldo torrido, ci ritroviamo pronti a riprendere le attività con nuove energie. I mesi appena trascorsi sono stati carichi di eventi importanti, culminati nella Cerimonia per il Mahavatar Babaji e nella nostra oramai tradizionale festa di chiusura estiva: l'India Night.

La pausa estiva è stata caratterizzata da alcune lunghe meditazioni organizzate spontaneamente da alcuni devoti e il 21 di Agosto ci siamo rivisti per una meditazione speciale, in concomitanza con la cerimonia di iniziazione al Kriya Yoga, che si stava svolgendo nello stesso momento a Los Angeles durante la convocazione annuale.

Nel mese di settembre, ci prepariamo ad affrontare nuovi importanti appuntamenti: lo Yoga Festival, la Giornata internazionale della Pace e l'inizio della Scuola Domenicale.

Il gruppo riaprirà ufficialmente il 5 settembre, in occasione del Janmashtami, ricorrenza nella quale si festeggia Sri Krishna.

Buona lettura!

Jai Guru!

Il Comitato di Coordinamento

Servizi del mese



"Vivi solo nel presente, non nel futuro. Fai del tuo meglio oggi; non aspettare il domani".

Paramahansa Yogananda

5 sabato	18.00 – 19.00	Meditazione libera
	19.00 – 20.00	Janmashtami - Cerimonia per celebrare la nascita di Sri Krishna
6 domenica	11.30 – 13.00	Scuola domenicale per bambini

9 mercoledì	18.30 - 20.00	Servizio di Ispirazione e Preghiera
10 giovedì	17.00 - 20.00	Meditazione libera
12 sabato	17.10 - 18.30	Servizio di Meditazione
	18.40 - 19.40	Servizio di Lettura: <i>"Il più alto concetto che l'uomo può avere di Dio"</i>
13 domenica	16.30 - 17.00	Esercizi di ricarica guidati
	17.00 - 20.00	Servizio di Meditazione guidata (possibilità di ingresso anche alle 18.00 e alle 19.00)

16 mercoledì	18.30 - 20.00	Servizio di Ispirazione e Preghiera
17 giovedì	17.00 - 20.00	Meditazione libera
19 sabato	16.00 - 17.00	Studio di gruppo: <i>Lez.101: "Il significato più profondo del silenzio"</i>
	17.00 - 18.00	Meditazione libera
	18.30 - 19.15	Servizio di Lettura dedicato alla Giornata Mondiale della Pace

23 mercoledì	18.30 - 20.00	Servizio di Ispirazione e Preghiera
24 giovedì	17.00 - 20.00	Meditazione libera
26 sabato	18.00 - 19.00	Meditazione libera
	19.00 - 20.00	Cerimonia per la celebrazione del mahasamadhi di Lahiri Mahasaya
27 domenica	07.00 - 07.30	Esercizi di ricarica liberi
	07.30 - 13.00	Servizio di Meditazione

30 mercoledì	18.00 - 19.00	Meditazione libera
	19.00 - 20.00	Cerimonia per l'anniversario di nascita di Lahiri Mahasaya

Gli orari indicati sono quelli dell'inizio dei Servizi. La cappella aprirà prima e l'accoglienza sarà offerta il mercoledì alle 18 e il sabato dalle 19.40. Per maggiori informazioni consultate il [sito web](#).

Prossimi appuntamenti speciali

Novembre

Mer. 11: Diwali
Dom. 15: Riunione generale del Gruppo

Appuntamenti speciali di Settembre



Cerimonia in onore di Bhagavan Krishna

Sabato 5 settembre la cappella riaprirà dopo la pausa estiva e tutti noi ci riuniremo per celebrare la cerimonia in onore di Sri Krishna.

*“A coloro che Mi sono sempre devoti e Mi venerano con amore,
io dono la saggezza del discernimento
che permetterà loro di conoscermi completamente”.*

- Bhagavan Krishna

Cerimonia per il Mahasamadhi di Lahiri Mahasaya

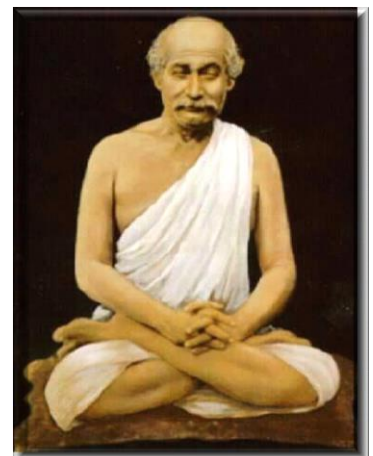
26 Settembre

Cerimonia per la nascita di Lahiri Mahasaya

30 settembre

*“Io sono sempre vicino a coloro che praticano il Kriya Yoga.
Ti guiderò alla dimora cosmica
attraverso le tue sempre più profonde percezioni spirituali”.*

- Lahiri Mahasaya



Le cerimonie inizieranno alle 19.00 e saranno precedute da un'ora di meditazione libera. Ricordiamoci di portare un fiore e un'offerta, simboli della nostra devozione e lealtà, che deporremo ai piedi dell'altare, davanti al ritratto dei Maestri.

Yoga Festival 2015



Dall'11 al 13 settembre a Villa Pamphili (Roma, Cascina Farsetti - via Leone XIII, 75 - ex Olimpica), si svolgerà l'ottava edizione dello Yoga Festival di Roma, una delle più importanti e qualificate manifestazioni divulgative sullo Yoga il cui tema, quest'anno, sarà *Healing (guarigione): L'arte di guarire con lo Yoga*.

Per il quarto anno consecutivo rappresenteremo la Self-Realization Fellowship, e sarà un'altra occasione per dare un contributo alla diffusione degli insegnamenti del suo fondatore Paramahansa Yogananda e far conoscere le attività del nostro Gruppo di Meditazione.

Abbiamo organizzato due diversi eventi: **domenica 13** alle **11.00**, nello spazio **Yantra** (all'esterno dell'area degli stand e, quindi, gratuito), condurremo una meditazione che includerà dei canti e la lettura di brani d'ispirazione tratti dagli scritti di Paramahansa Yogananda sul tema "Trovare Dio nella pace". Sempre **domenica** alle **16.30**, presso la sala conferenze, avremo un'ora a disposizione per presentare la SRF e le attività del Gruppo. Nella circostanza faremo sperimentare ai presenti alcune tecniche insegnate da Paramahansa Yogananda: asana di meditazione, esercizi per rilassare il corpo e la mente, un esercizio di visualizzazione per espandere la coscienza e una breve meditazione guidata per entrare in sintonia con il proprio Sé. Seguirà la proiezione di un video inedito sulla vita e l'opera di Yogananda. In questo caso, per partecipare, occorre munirsi della tessera d'ingresso.

Per maggiori informazioni vi invitiamo a visitare il sito della manifestazione:

www.yogafestival.it/roma/



Self-Realization Fellowship

FONDATA NEL 1920 DA PARAMAHANSA YOGANANDA

GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA PACE

Il 21 settembre è il giorno scelto dalle Nazioni Unite per celebrare ogni anno la Giornata Internazionale della Pace

SABATO 19 SETTEMBRE 2015 ORE 18

**Il Gruppo di Meditazione di Roma
della Self-Realization Fellowship**

invita tutti a partecipare ad un incontro

con letture sui temi della pace e della fratellanza
tratte dagli scritti di Paramahansa Yogananda,
canti devozionali e una meditazione guidata

Il programma inizierà alle 18.30 e si protrarrà fino alle 19.15 circa

Al termine saremo felici di intrattenerci con tutti voi e condividere un rinfresco

Presso

Via Dodecaneso 15 - Roma

Ingresso libero

Gruppo di Meditazione SRF di Roma

Tel.: 06 310 54 519

gruppodiroma@yogananda-roma.org

www.yogananda-roma.org



Paramahansa Yogananda (1893 - 1952)

Vi informiamo che per questo evento i consueti Servizi del sabato subiranno delle modifiche:

- ◆ dalle 16.00 alle 17.00 Studio di Gruppo
- ◆ dalle 17.00 alle 18.00 Meditazione libera

Scuola domenicale per bambini



Tra le iniziative importanti di questo mese, ricordiamo la Scuola Domenicale per i nostri bambini. Per ora avremo solo un gruppetto tra gli 8 ed i 12 anni. Gli incontri si svolgeranno tutte le prime domeniche del mese e saranno concepiti per intrattenere i nostri figli, con semplici concetti dello Yoga.

La cappella aprirà alle ore 11.00, la scuola domenicale inizierà alle 11.30 e terminerà alle 13.00. I genitori che interverranno, se lo desiderano, potranno meditare in cappella durante l'incontro.

E' successo il mese scorso...

India Night

Il 25 Luglio si tiene ogni anno la Cerimonia in onore del Mahavatar Babaji. Quest'anno è stata una cerimonia molto intensa e la nostra sede è stata teatro di un'affluenza di devoti unica, hanno partecipato circa 140 persone. Subito dopo la cerimonia, ha avuto inizio la nostra ormai consueta India Night, la festa con la quale ci salutiamo prima dell'inizio del periodo delle ferie estive.

Inizialmente c'era il timore di non riuscire ad armonizzare la profonda interiorizzazione della Cerimonia con la spontanea gioiosità di una festa sociale, ma mentre arrivavano sempre più devoti, molti dei quali pronti a collaborare per l'organizzazione, ogni timore è svanito.

La festa è iniziata con balli sacri di origine Vedica, coinvolgendo anche le bambine della Scuola Domenicale. In seguito è stata servita la cena, composta da tante pietanze della cucina Indiana. I dolci delicatissimi, composti con vari ingredienti speziati, hanno completato la cena, arricchita da bevande analcoliche e frutta fresca di stagione.



Abbiamo avuto modo di conoscere tantissime persone che si affacciavano al Gruppo per la prima volta, molti hanno chiesto spontaneamente di aiutare durante la cena e nel riordino finale. L'Amore, l'Armonia, la Collaborazione, ogni gesto programmato e spontaneo, ogni sorriso, ogni gentilezza offerta o ricevuta, ci ha fatto sentire uniti nella fratellanza e nell'amicizia Divina.

E' stato bello constatare come, al di là delle ovvie inadeguatezze, il Guru provvedeva ad ispirare vecchi e nuovi devoti ad offrirsi di collaborare spontaneamente, con il desiderio e la gioia di servirLo.



Pubblichiamo volentieri...

Cari amici, durante la recente Convocazione annuale a Los Angeles, ci è stato comunicato che il nostro Gruppo diventerà presto un Centro di meditazione della SRF! Il significato di questa "promozione" è soprattutto di ordine spirituale; avremo la responsabilità di mantenere alti gli ideali di Gurudeva attraverso la meditazione, il servizio e tutte le attività connesse alla diffusione dei suoi insegnamenti. È sicuramente un riconoscimento per il nostro impegno di questi anni e per la crescita che c'è stata nel Gruppo.

Durante la prossima visita a Roma in programma il 30 e 31 ottobre prossimi, Br. Simone e Br. Francesco condurranno una cerimonia particolare per ufficializzare questo evento!

Notizie dai siti web della SRF e YSS

 [Sito ufficiale della Self-Realization Fellowship](#)

 [Iscrizione alla Newsletter SRF](#)

 [Programma dei ritiri SRF nel mondo](#)

 [Modulo di iscrizione alle Lezioni SRF e materiale informativo](#)

 [Sito ufficiale della Yogoda Satsanga Society \(SRF in India\)](#)

 [Iscrizione alla Newsletter YSS](#)

 [Sito ufficiale del Gruppo di Meditazione di Roma](#)



“La comunione con Dio è l’unica cosa per la quale valga la pena di vivere. Voi giungerete, col tempo, a questa conclusione, spesso dopo aver molto sofferto. Perché non imparare adesso? Egli è pronto a ricevervi”.

Paramahansa Yogananda

Se desiderate esser cancellati dalla nostra mailing list, o se al contrario volete che altri vostri amici ne facciano parte per ricevere il nostro notiziario, vi preghiamo di notificarlo all’indirizzo e-mail gruppodiroma@yogananda-roma.org