

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

- Luglio 2014 -



Cari amici,

il mese appena trascorso è stato caratterizzato dall'ormai irrinunciabile ritiro di Vicovaro: una "dinamo di silenzio ed energia". Mai come questa volta è risaltato il contrasto tra l'arrivo e la partenza: il venerdì, tanti visi dall'espressione un po' spenta o affaticata, e la domenica ... la trasformazione. Tutti visibilmente ricaricati, gioiosi, pronti a ritornare alla vita di tutti i giorni con una nuova forza e consapevolezza. Potere del nostro Guru!

In luglio, ci attendono altri importanti appuntamenti. Sabato 12 ci uniremo a tanti devoti per celebrare il Guru Purnima, giorno che i devoti in India dedicano al proprio Guru. Il 25 terremo in Cappella la Cerimonia in onore del Mahavatar Babaji, che come di consueto sarà l'ultimo Servizio prima della pausa estiva. Infine, l'India Night: la festa con i colori, le emozioni e i sapori tipici dell'amata patria del nostro Guru Paramahansa Yogananda. Appuntamento a Palestrina sabato 26 luglio.

Vi anticipiamo che in agosto sono comunque previsti due Servizi speciali: uno in concomitanza con l'iniziazione al Kriya Yoga, che si svolgerà a Los Angeles durante la convocazione annuale, e l'altro in occasione del Janmashtami.

I Servizi regolari riprenderanno sabato 6 settembre con la Cerimonia in onore di Baghavan Krishna. Auguriamo a tutti buone vacanze!

Nell'amore di Gurudeva,

Il Comitato di Coordinamento

"Ogni giorno, accetta tutto come se ti venisse da Dio. La sera, rimetti tutto nelle Sue mani"

Sister Gyanamata



Servizi del mese



“Nella forza del pensiero si trova il regno di Dio.”

Paramahansa Yogananda

- | | | |
|--------------------|----------------------|---|
| 2 mercoledì | 18.30 - 20.00 | Servizio di Ispirazione e Preghiera |
| 3 giovedì | 17.00 - 20.00 | Meditazione libera |
| 5 sabato | 17.15 - 18.20 | Servizio di Meditazione |
| | 18.30 - 19.30 | Servizio di Lettura: <i>“Costruire l’unità mondiale”</i> |

- | | | |
|--------------------|----------------------|---|
| 9 mercoledì | 18.30 - 20.00 | Servizio di Ispirazione e Preghiera |
| 10 giovedì | 17.00 - 20.00 | Meditazione libera |
| 12 sabato | 17.15 - 18.20 | Servizio di Meditazione dedicato alla celebrazione del <i>“Guru Purnima”</i> |
| | 18.30 - 19.30 | Servizio di Lettura: <i>“Ascendere alla perfezione di Dio”</i> |
| 13 domenica | 17.00 - 20.00 | Servizio di Meditazione con Esercizi di Ricarica in gruppo alle 16.30
(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 | 17.15 - 18.20 | Servizio di Meditazione |
| | 18.30 - 19.30 | Servizio di Lettura: <i>“L’universale necessità del Kriya Yoga”</i> |

- | | | |
|---------------------|----------------------|--|
| 23 mercoledì | 18.30 - 20.00 | Servizio di Ispirazione e Preghiera |
| 24 giovedì | 17.00 - 20.00 | Meditazione libera |
| 25 venerdì | 18.00 - 19.00 | Meditazione libera |
| | 19.00 - 20.00 | Cerimonia in onore del Mahavatar Babaji |
| 26 sabato | | India Night |

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 19.30. Per maggiori informazioni consultate il [sito web](#).

Lo Studio di gruppo delle lezioni SRF non si terrà, riprenderà il 13 settembre.

Prossimi appuntamenti speciali

Agosto

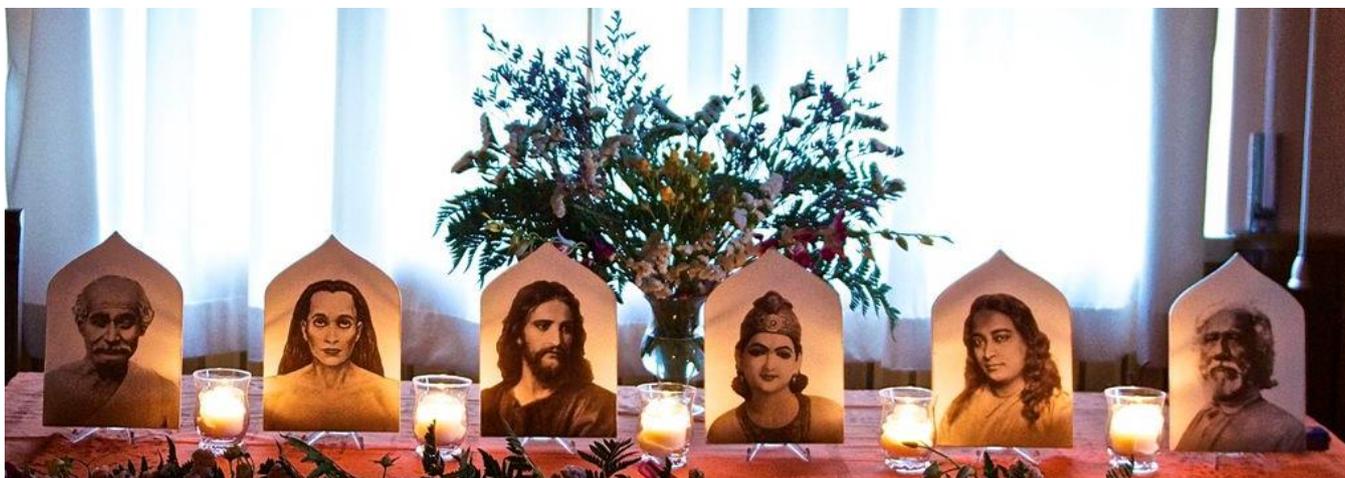
8 venerdì Meditazione in concomitanza con l'iniziazione Kriya a Los Angeles
17 domenica Meditazione in onore di Sri Krishna (Janmashtami)

Settembre

6 sabato Cerimonia in onore di Sri Krishna
19 ven./21 dom. Yogafestival
20 sabato Servizio di Lettura (aperto a tutti) dedicato alla Giornata mondiale per la Pace
26 venerdì Cerimonia per il mahasamadhi di Lahiri Mahasaya
30 martedì Cerimonia per la nascita di Lahiri Mahasaya

Appuntamenti speciali di luglio

Guru Purnima



Sri Mrinalini Mata scrive:

“In questo santo giorno, i devoti di tutta l'India rendono omaggio al Guru, il puro strumento di Dio, colui che trasmette le eterne benedizioni del Signore a tutti i discepoli che lo seguono con fede e devozione. Deponiamo ai piedi del nostro amato Gurudeva, Sri Sri Paramahansa Yogananda, l'amore e la lealtà dell'anima. Il vostro cuore sia colmo di sempre nuova gratitudine per quanto avete ricevuto da Lui, per il suo potere di trasformare la vita di ciascuno”.

L'appuntamento è in Cappella sabato 12 luglio. Ci uniremo a tutti i devoti della SRF dedicando al Guru il Servizio di Meditazione delle ore 17.15.

Cerimonia in onore del Mahavatar Babaji



Venerdì 25 luglio ci incontreremo in Cappella per celebrare la Cerimonia in onore del Mahavatar Babaji. Porteremo un fiore e un'offerta che deporremo ai piedi dell'altare, davanti al ritratto del grande Avatar. La Cerimonia inizierà alle 19.00 e sarà preceduta da un'ora di meditazione libera.

Daya Mata scrive: *"Babaji esiste e il suo è un eterno messaggio di amore divino. Non mi riferisco all'amore egoistico, limitato, personale, possessivo, dei comuni rapporti umani. Intendo quell'amore che il Cristo dà ai suoi discepoli, che Gurudeva dà a noi: l'amore incondizionato, divino. Questo è l'amore che dobbiamo dare a tutti".*

India Night

Anche quest'anno la gioiosa festa dell'India Night concluderà le attività del nostro Gruppo prima della chiusura estiva. L'incontro si terrà sabato 26 luglio a casa di Marcella, sede del circolo di meditazione di Palestrina.

Il programma prevede: meditazione, kirtan, danze e una cena in stile indiano. La serata si concluderà con una fiaccolata in onore di Babaji, già programmata in occasione del ritiro a Vicovaro, ma poi rinviata a causa delle condizioni atmosferiche.



E' accaduto il mese scorso...

Ritiro a Vicovaro

Il ritiro dello scorso mese è stato come al solito molto sentito da tutti i partecipanti. Vedere i volti dei devoti felici e sorridenti domenica pomeriggio ci ha confermato che questo appuntamento ormai semestrale, è uno di quelli al quale non si può veramente rinunciare! Con un programma ormai consolidato negli anni e qualche novità inserita ogni volta qua e là, il ritiro di due giorni organizzato nella bella cornice di Vicovaro arricchisce lo spirito come pochi appuntamenti annuali e rafforza sempre più quel legame eterno di vecchi amici che si sono ritrovati in questa vita.

Il previsto cambiamento meteo del sabato pomeriggio ci ha impedito di ripetere la colorata fiaccolata notturna dello scorso anno, ma, pazienza, si tratta in definitiva solamente di un appuntamento rimandato a breve...

Un arrivederci al prossimo ritiro che si svolgerà dal 5 al 7 dicembre!



Pubblichiamo volentieri...

Incontri per imparare a suonare e cantare i Canti Cosmici

Il Maestro ci dice che il canto è un mezzo per realizzare Dio. Quando, cantando a Dio, ci concentriamo profondamente sulle parole del canto e su ciò che esse esprimono, la nostra mente procede sempre più profondamente verso una reale percezione di Dio. Il canto è un modo meraviglioso di prepararsi per la pratica delle tecniche e per la profonda meditazione.

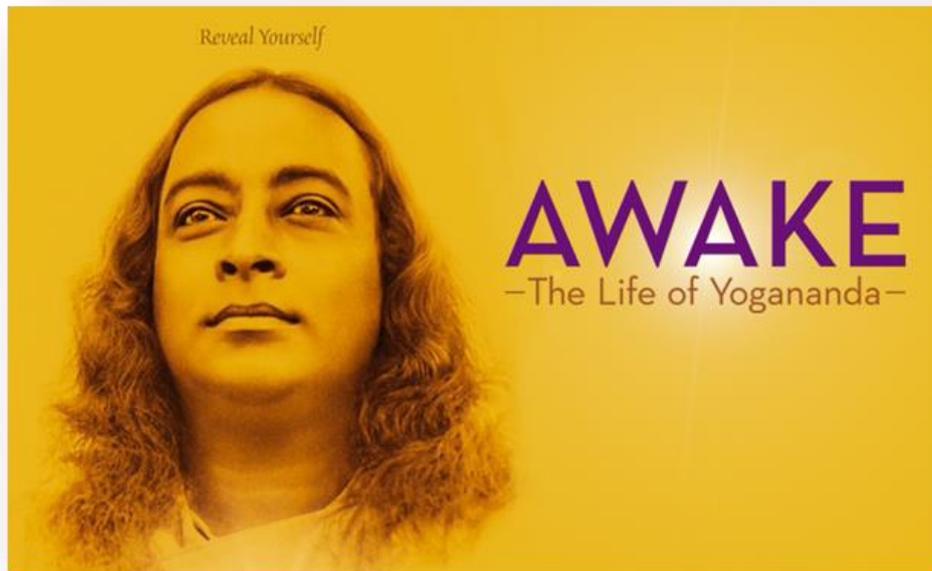
Avere l'opportunità di includere il canto nella nostra routine giornaliera di meditazione è una vera benedizione e il Comitato Suonatori ha organizzato degli incontri regolari nei quali i devoti possono imparare a cantare e ad accompagnare con l'armonium i Canti Cosmici.

Per partecipare non c'è di bisogno di alcuna specifica competenza musicale o di avere una bella voce. Insieme cerchiamo semplicemente di studiare i canti nella versione data sul libro dei Canti Cosmici (naturalmente in italiano) e di portarli dentro di noi per farli diventare una forma di preghiera, la ripetizione continua di una preghiera.

Gli incontri avvengono di solito il mercoledì e il sabato dopo il servizio; chiunque fosse interessato può mettersi in contatto con Carla.

Il Comitato Suonatori





Forse non tutti sanno che...

È stato recentemente realizzato un film documentario sulla vita di Paramahansa Yogananda, dal titolo *Awake: The Life of Yogananda* (regia di Paola Di Florio e Lisa Leeman). Si tratta di una produzione di alta qualità, che ha impegnato i cineasti per cinque anni. Nessuno di loro era un devoto del Maestro: così ha scelto la SRF, che desiderava si realizzasse un film per tutti, e non soltanto per i seguaci di Yogananda. Entrambe le registe sono oggi devote del Maestro. Uno dei produttori ha affermato di essersi reso conto ben presto che girare questo film non sarebbe stato un lavoro come gli altri, ma un'esperienza ben più personale e profonda.

Nel film si fondono sapientemente le ricostruzioni di episodi salienti della vita del Maestro con autentici filmati dell'epoca, alcuni dei quali inediti. Sono incluse inoltre alcune interviste a esperti in varie discipline: insegnanti di yoga, professori universitari e scienziati, che evidenziano i molteplici legami tra gli insegnamenti di Yogananda e i risultati della ricerca scientifica contemporanea. Una caratteristica saliente del film è l'esigenza di obiettività, rigore, verità. Particolarmente toccante è la rievocazione di alcuni momenti 'difficili' della vita del Maestro, in cui risalta la sua forza d'animo e l'incrollabile fedeltà ai propri principi.

Awake è stato presentato nelle scorse settimane a diversi film festival (a Sedona, in Arizona; a Maui, nelle Hawaii; a Seattle e a Bellevue, nello stato di Washington) dopo aver superato una rigorosa selezione tra più di 200 film della sua categoria. Ha riscosso un successo straordinario: sale gremite, tutto esaurito, necessità di repliche in sale più capienti.

Un devoto presente al film festival di Sedona racconta che al termine della proiezione la sala era immersa in un profondissimo silenzio, a cui è seguito un applauso fragoroso che presto è diventato una prolungata 'standing ovation'. Molti, devoti e non, erano visibilmente commossi.

In autunno *Awake* sarà proiettato in molte sale degli Stati Uniti; per il 2015 è prevista la diffusione internazionale e la produzione di DVD.

Jai Guru!

Un messaggio dal Center Department ...

10 giugno 2014

Cari amici,

inviamo a tutti voi sentiti saluti dalla Casa Madre della Self-Realization Fellowship.

Con questo messaggio vogliamo informarvi in maniera ufficiale che è stato recentemente costituito un Comitato di Coordinamento Gruppo Giovani (CCGG) della SRF.

Il lancio di questo comitato è avvenuto al tour SRF dello scorso marzo a Bologna, dove più di 50 giovani provenienti da molte città hanno partecipato a questo primo incontro.

Il comitato è formato da tre giovani devote, che lavoreranno direttamente con il Center Department. Il loro ruolo principale sarà di coordinare e organizzare in maniera più efficace le attività dei gruppi Giovani SRF già esistenti in Italia. Sarà loro responsabilità inoltre di seguire la formazione di nuovi gruppi giovanili laddove ve ne sia la possibilità.

E' con gioia quindi che annunciamo il nuovo CCGG composto da:

- 🌐 *Caterina Ammassari* - Rappresentante per il Nord - serve nel Centro di Milano;
- 🌐 *Giusy Galeani* - Rappresentante per il Centro - serve nel Gruppo di Bologna;
- 🌐 *Annadevi Bandi* - Rappresentate per il Sud e Isole - serve nel Gruppo di Trapani.

Le tre rappresentanti per il Nord, Centro e Sud dell'Italia contatteranno nel corso dell'anno i Consigli Direttivi e i Comitati di Coordinamento dei gruppi SRF italiani per iniziare un rapporto di collaborazione con voi tutti e sviluppare al meglio le attività dei Giovani SRF.

Vi ringraziamo anzitempo per tutto l'aiuto e la cooperazione che offrirete ai membri di questo comitato. L'esperienza che, come Center Department, abbiamo acquisito con tanti centri e gruppi SRF sparsi nel mondo ci assicura che dovunque è attivo un gruppo di Giovani SRF che si sia ben amalgamato con il gruppo SRF di appartenenza, l'armonia che ne è derivata è stata di grande beneficio, impreziosendo e arricchendo il gruppo stesso.

Possano queste parole del nostro amato Maestro ispirare il vostro impegno quotidiano su questo sacro sentiero spirituale:

“Frequentate sempre coloro che sono fedeli a Dio e ai Grandi Guru e scoprirete che la vostra diventerà una vita qualitativamente più elevata. Nella sacra gioia, nella comunione divina, dimentichiamo ogni limitazione e ogni differenza. Io prego che questa comunione possa regnare su tutta la terra, che sull'altare dell'unione l'umanità possa esprimere l'immenso regno dello Spirito.”

Le benedizioni di Dio e dei Grandi Maestri vi accompagnino sempre.

In divina amicizia,

Br. Simone e Br. Francesco

**Self-Realization Fellowship
Center Department**

Notizie dai siti web della SRF e YSS



Per conoscere il programma dei ritiri SRF nel mondo:

<http://www.yogananda-srf.org/tmp/centers.aspx?id=92#.UN2dhOQsCS0>



Indice degli audio - video SRF:

http://www.yogananda-srf.org/Audio-Video_Index.aspx



Per scaricare dal sito della SRF il modulo d'iscrizione e altri supporti SRF:

http://www.yogananda-srf.org/Request_Free_Literature.aspx#.UKSfGuRFWAg



Per ricevere direttamente sul nostro indirizzo di posta elettronica le notizie dalla SRF:

<https://members.yogananda-srf.org/Subscription/Account/Register.aspx>



Chi desidera ricevere via e-mail la Newsletter SRF può mettere il proprio indirizzo e-mail
SU:

<http://visitor.r20.constantcontact.com/manage/optin/ea?v=0013yYWxlr3IUFCqonXX6dAfw%3D%3D>



Per rimanere aggiornati sulle attività della Yogoda Satsanga Society (SRF in India):

<http://www.ysofindia.org/news.php>



Per iscriversi alla e-Newsletter della YSS:

<http://www.ysofindia.org/contents/eNewsletter>



“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”.

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

Sito ufficiale della Self-Realization Fellowship <http://www.yogananda-srf.org/>

Sito ufficiale della Yogoda Satsanga Society <http://www.yssofindia.org/>

Sito ufficiale del Gruppo di Meditazione di Roma della SRF <http://www.yogananda-roma.org/>