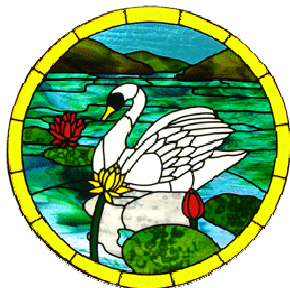


*Notiziario del Centro di Meditazione di Roma  
della Self-Realization Fellowship  
gennaio, febbraio e marzo 2017*



*“Anche se non ci vediamo, ricordate che sto lavorando per voi in un altro luogo. Non vi aiuterebbe necessariamente essere sempre con me. Riceverete di più meditando profondamente e regolarmente. Io non sono qui soltanto per aiutarvi in questa vita, ma anche nell’aldilà”.*

PARAMAHANSA YOGANANDA

Cari amici,

auguriamo a tutti voi un Nuovo Anno sempre colmo di sorrisi, pieno di pace e delle benedizioni del nostro Maestro.

Le celebrazioni del Santo Natale ci hanno visti tutti riuniti nella gioia che l’amore di Gesù e dei Grandi fa scaturire nei nostri cuori; all’inizio del nuovo anno ci ritroveremo di nuovo in tanti per celebrare la nascita del nostro Maestro e, a fine gennaio, quella di Sri Daya Mata.

Nei prossimi mesi saremo impegnati in altre attività importanti, come la riunione generale di febbraio, in occasione della quale verranno eletti i nuovi membri del Comitato di Coordinamento, i lettori e gli insegnanti della Scuola domenicale.

Il 7 e il 9 marzo verranno celebrati i *mahasamadhi* del Maestro e dello Swami Sri Yukteswar.

Alla metà di marzo molti di noi si ritroveranno a Palermo per gli incontri con i monaci della Self-Realization Fellowship: sabato 11 si terrà la cerimonia di iniziazione al Kriya Yoga.

La domenica successiva, il 19, presso il nostro Centro, verrà organizzato un ritiro riservato ai soli *kriyaban*. Lo scorso anno lo stesso programma è stato molto apprezzato, soprattutto dai devoti appena iniziati.

Queste le attività finora previste, ma non possiamo escludere che altre se ne aggiungeranno, sempre al servizio del nostro amato Gurudeva. Naturalmente vi terremo informati!

In divina amicizia

Il Comitato di Coordinamento

## Appuntamenti speciali dei prossimi tre mesi

### Gennaio

- 5 giovedì Cerimonia per la nascita di Paramahansa Yogananda  
8 domenica Meditazione in onore di Paramahansa Yogananda  
28 sabato Servizio di Meditazione dedicato a Sri Daya Mata

### Febbraio

- 19 domenica Riunione Generale

### Marzo

- 7 martedì Cerimonia per il *mahasamadhi* di Paramahansa Yogananda  
9 giovedì Cerimonia per il *mahasamadhi* dello Swami Sri Yukteswar  
19 domenica Giornata di ritiro per Kriyaban



## Appuntamenti importanti di gennaio

### CERIMONIA PER L'ANNIVERSARIO DELLA NASCITA DI PARAMAHANSA YOGANANDA GIOVEDÌ 5 GENNAIO, 19.00 – 20.00 (meditazione libera dalle 18.00)



Il 5 gennaio ricorre l'anniversario della nascita di Paramahansa Yogananda, lo celebreremo con una cerimonia in suo onore.

In queste speciali occasioni i devoti depongono ai piedi dell'immagine del Guru un fiore e un'offerta quali simboli di devozione e lealtà.

Al termine della cerimonia festeggeremo tutti insieme il compleanno del Maestro con la sua torta preferita, decorata con una sola candelina.

### SERVIZIO DI MEDITAZIONE IN ONORE DI PARAMAHANSA YOGANANDA DOMENICA 8 GENNAIO 10.00 – 16.00

Dal 1993 c'è la consuetudine di celebrare l'anniversario della nascita del Guru con una meditazione di 6 ore, in aggiunta alla tradizionale cerimonia del 5 gennaio.

Domenica 8 gennaio ci riuniremo in profonda meditazione per cercare di realizzare in maniera tangibile la presenza di Dio e del Guru.

#### PROGRAMMA DEL SERVIZIO

##### **10.00 – 13.00 Prima Parte**

Meditaremo per periodi di durata crescente, intervallati da canti e brevi letture d'ispirazione.

##### **13.00 – 13.30 Intervallo**

##### **13.30 – 16.00 Seconda Parte**

I periodi di meditazione saranno più brevi, i canti più lunghi e gioiosi.

- ❖ *Porteremo in dono uno o più frutti, simbolo di devozione e di rispetto per il Guru.*
- ❖ *Se non possiamo restare fino al termine del Servizio di meditazione, possiamo lasciare la cappella durante l'intervallo.*
- ❖ *Per non disturbare la pace di coloro che hanno già passato diverse ore in profonda meditazione, nessuno dovrebbe entrare in cappella per prendere parte alla seconda metà del Servizio se non ha partecipato alla prima parte. Invitiamo pertanto coloro che non possono partecipare alla prima parte, a meditare in casa, mettendosi mentalmente in sintonia con il gruppo.*

*(per eventuali deroghe motivate da particolari necessità, vi preghiamo di chiamare lo 06 31054519)*

Per maggiori informazioni consultare il nostro sito web  
**SERVIZIO DI MEDITAZIONE DEDICATO A SRI DAYA MATA**  
**NELLA RICORRENZA DEL SUO COMPLEANNO**  
**SABATO 28 GENNAIO, 17.30 – 18.45**



Per ricordare il compleanno di Sri Daya Mata, le dedicheremo il Servizio di sabato 28 gennaio.

*“Il nostro dovere di figli di Dio in questo mondo consiste nel cercare la comprensione: comprendere noi stessi, gli altri, la vita e, soprattutto, Dio. Questo mondo potrà essere un posto migliore soltanto quando la comprensione regnerà nel cuore e nella mente dell’uomo”.*

SRI DAYA MATA

**Appuntamenti importanti di febbraio**

**RIUNIONE GENERALE**  
**DOMENICA 19 FEBBRAIO, 17.45 – 19.45**  
*RISERVATA AGLI ISCRITTI*

In questa importante occasione che ci vedrà riuniti si svolgeranno le elezioni annuali. Verranno nominati i tre devoti che formeranno il Comitato di Coordinamento, i lettori e gli insegnanti della Scuola domenicale. Naturalmente si fa sempre appello alla partecipazione, poiché più le decisioni sono rilevanti, più è essenziale essere in molti a prenderle e a dividerle. Oltre alle elezioni si parlerà sicuramente di altri argomenti relativi alla vita del nostro Centro.



## Appuntamenti importanti di marzo

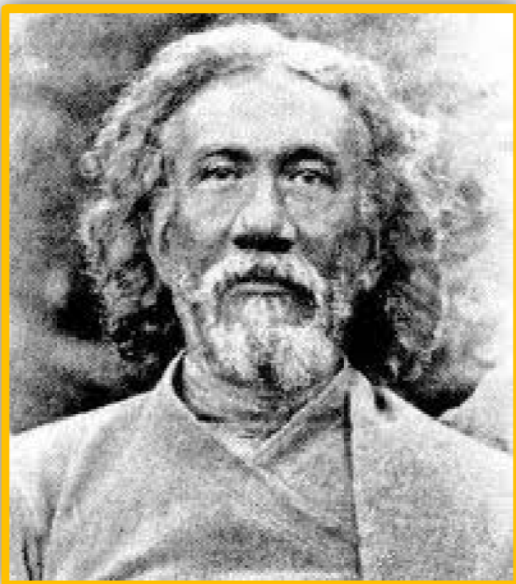
### **CERIMONIA PER LA CELEBRAZIONE DEL MAHASAMADHI DI PARAMAHANSA YOGANANDA MARTEDÌ 7 MARZO 19.00 – 20.00 (meditazione libera dalle 18.00)\***



*Anche quando non sarò più in questo corpo continuerò ad occuparmi del vostro benessere spirituale con la stessa sollecitudine di oggi. Mi prenderò sempre cura di voi e ogni qual volta un devoto sincero penserà a me nelle silenziose profondità della sua anima, saprà che io gli sono vicino.*

Paramahansa Yogananda

### **CERIMONIA PER LA CELEBRAZIONE DEL MAHASAMADHI DELLO SWAMI SRI YUKTESWAR VENERDÌ 9 MARZO 19.00 – 20.00 (meditazione libera dalle 18.00)\***



Lo swami Sri Yukteswar disse a Paramahansa Yogananda:

*“Sarò tuo amico per tutta l’eternità, dovunque tu ti troverai, sia sul piano mentale più basso sia sul piano più elevato della saggezza. Sarò tuo amico anche se sbaglierai, perché allora avrai bisogno della mia amicizia più che in qualsiasi altro momento”.*

\* In queste speciali occasioni i devoti portano in dono al Guru un fiore e un’offerta quali simboli di devozione e lealtà.

## TOUR SRF 2017

Dal 9 al 12 marzo alcuni monaci della Self-Realization Fellowship condurranno a Palermo una serie di incontri durante i quali sono previsti: lezioni sugli insegnamenti di Paramahansa Yogananda, periodi dedicati alla meditazione, al canto devozionale e alla riflessione spirituale. Ci saranno, inoltre, una conferenza aperta a tutti e una cerimonia di iniziazione spirituale al Kriya Yoga.

Chi desidera avere maggiori informazioni sul Tour SRF e sui programmi degli incontri condotti dai monaci, è invitato a visitare il sito: <http://www.tour-srf-italia.it/tour/>

### E' successo nei mesi scorsi ...

#### UN GIORNO DI RITIRO SPIRITUALE

Domenica 23 ottobre si è tenuta presso il nostro Centro di Meditazione una giornata di ritiro riservata agli iscritti alla Self-Realization Fellowship. Il programma del ritiro è stato incentrato sulla tecnica spirituale degli Esercizi di ricarica SRF, tema scelto per celebrare il centenario della loro istituzione avvenuta nel 1916 per opera di Paramahansa Yogananda. Di seguito riportiamo il commento di alcuni devoti che hanno partecipato al ritiro:

*'Dopo una prima perplessità, ho trovato il Ritiro molto utile e interessante. Non ci si sofferma mai abbastanza sull'utilità degli Esercizi di Ricarica. Ben impostata anche la lettura della descrizione di ogni esercizio e l'immediata esecuzione'.*

*'Il ritiro è riuscito veramente bene. Per me è stata una piacevole sorpresa, infatti devo confessare che a priori non mi entusiasmava affatto l'idea di un ritiro di meno di un giorno. E inoltre trovo strano conciliare l'idea del ritiro con un tema specifico, tipo approfondimento degli Esercizi di ricarica. E invece mi sembra che l'idea si sia concretata molto bene. Le letture erano appropriate. Il silenzio è stato rispettato. La dimostrazione degli Esercizi è stata perfetta. Ne ho tratto utilità anch'io che li pratico da quasi vent'anni'.*

*'Desidero ringraziarvi personalmente per l'iniziativa eccellente, molto ben preparata e condotta in ogni minimo aspetto, ed estremamente utile dato l'argomento che per noi è tecnica fondamentale, parte integrante del Kriya e la cui corretta esecuzione e comprensione risulta spesso difficile e lacunosa. Contentissimo e graditissimo della bellissima e utilissima giornata'.*

*'Ottima iniziativa....da ripetere sicuramente !!!!!!!'*



## VISITA CULTURALE



Sabato 29 ottobre, un nutrito gruppo di devoti del nostro Centro ha partecipato alla visita guidata al Mausoleo di Santa Costanza e alla Chiesa di Santa Agnese in via Nomentana.

In una bella mattinata di cielo terso , illuminata da un sole autunnale , il nostro caro Nello ha messo a disposizione di tutti i partecipanti il suo sapere in materia , con gentilezza e competenza. E' stato un piacevole e interessantissimo momento di condivisione culturale e spirituale in una atmosfera di sentita partecipazione.



## RIUNIONE GENERALE

Domenica 20 novembre abbiamo avuto la nostra riunione generale. L'incontro è stato preceduto da una meditazione libera di circa un'ora.

Come era indicato nell'ordine del giorno, è stato presentato il metodo con il quale saranno stilate le liste dei candidati per il Comitato di Coordinamento, per i lettori e gli insegnanti della Scuola domenicale.

Abbiamo poi parlato della situazione economica del nostro Centro. E' stata quindi esposta l'iniziativa di Casa Madre riguardante la preparazione e la successiva distribuzione di un nuovo volantino che pubblicherà il nostro Centro, come tutti gli altri Centri e Gruppi italiani. La distribuzione verrà organizzata con il supporto del Gruppo Giovani.

Un altro argomento di interesse per tutti i devoti è stato quello della modifica della struttura della lunga meditazione della quarta domenica del mese. Le modifiche proposte sono state ben accolte.

Infine sono state presentate le due iniziative di solidarietà per il Natale: la prima dedicata alla raccolta di generi utili per i bambini che frequentano la Casa Famiglia 'Lodovico Pavoni'; la seconda all'organizzazione di incontri di meditazione a casa di devoti che per seri motivi personali non possono frequentare i Servizi presso il nostro Centro. L'organizzazione di quest'ultima iniziativa è stata affidata al Gruppo Giovani.

La riunione, importante per parlare tutti insieme delle attività del nostro Centro, si è conclusa con un'allegria fellowship in pizzeria. Non eravamo in molti, non sempre si può essere tutti presenti, ma ciò che conta è lo spirito di divina amicizia che ci unisce tutti, sempre vivo e fecondo.

## SERVIZIO IN ONORE DI SRI DAYA MATA



Il 30 novembre sarà sempre un giorno particolare per i devoti del Maestro. Infatti il 30 novembre del 2010 la nostra amata Sri Daya Mata ha lasciato serenamente la forma corporea, e la sua anima è stata accolta con gioia celestiale nel regno divino.

Il nostro Centro l'ha ricordata con un Servizio speciale e l'iniziativa che lo ha contraddistinto è stata quella di diffondere l'audio di un discorso tenuto da Sri Mrinalini Mata durante il quale parla dei suoi personali ricordi di una vita vissuta accanto a lei.



## RITIRO A VICOVARO



Il consueto ritiro spirituale 'invernale' all'Oasi francescana di Vicovaro ha visto la partecipazione di circa 50 devoti, molti dei quali provenienti da altri Gruppi e Circoli di meditazione: Firenze, Padova, Napoli, Salerno, Ostia, Palestrina, Sacrofano e Aprilia.

Poiché il ritiro si svolge nel primo week end di dicembre tutti i Servizi devozionali, i canti e le letture sono dedicati al Natale.



Non poteva quindi mancare l'albero di Natale adornato di luci e decorazioni, intorno al quale abbiamo meditato ascoltando le seguenti parole del nostro Guru:

*'Preparati all'avvento del Cristo bambino addobbando un albero di Natale interiore. Intorno a quest'albero sacro posa i tuoi doni di calma, indulgenza, nobiltà d'animo, disponibilità, affabilità, comprensione spirituale e devozione....'*



Il prossimo appuntamento è per il secondo week-end di giugno e come per quest'ultimo, ci auguriamo di avere tra noi anche tanti devoti di altri Gruppi.

## INIZIATIVE DI SOLIDARIETA' PER NATALE

### Raccolta di beni di prima necessità a favore della Casa Famiglia Lodovico Pavoni

Già nel 2013 abbiamo avuto modo di conoscere la Casa Famiglia Lodovico Pavoni, una realtà davvero unica, un centro di accoglienza per bambini e adolescenti provenienti dall'America del Sud, dall'Africa e dall'Europa dell'Est. Promotore e sostenitore di questa comunità è padre Claudio che anche quest'anno, quando siamo andati a consegnare i doni che avevamo raccolto, ci ha riservato un'accoglienza molto affettuosa. Con orgoglio ci ha fatto visitare tutta la struttura che da qualche giorno si avvale di una nuova sala che consentirà di accogliere un numero maggiore di bambini.



Si è intrattenuto con noi per un bel po' del suo tempo prezioso, ribadendoci il suo amore per Paramahansa Yogananda, di cui condivide pienamente gli ideali di fratellanza universale tra tutti i popoli della terra, a prescindere dalla loro etnia o religione. E' stato felice di ricevere le venti copie del libro "*Due rane nei guai*" che già conosce e che utilizzerà per le attività con i bambini.



## Incontri di meditazione a casa di devoti

La nostra amica Marianne ci ha accolto amabilmente nel salottino della sua casa. Eravamo un piccolo gruppo di sette persone, felici di poter meditare insieme. Marianne ha potuto così rivivere la piacevole esperienza della meditazione di gruppo di cui sente molto la mancanza. Abbiamo poi trascorso del tempo gustando degli ottimi pasticcini, godendo della reciproca compagnia in un clima sereno e gioviale. Le abbiamo promesso che torneremo presto a trovarla.



E' stata una bella esperienza anche l'incontro a casa di Nora. Ci ha ospitato nella sua piccola casa situata nel centro storico di Roma, a due passi dalla vecchia sede del nostro gruppo! La meditazione è iniziata con un canto e si è conclusa circa mezz'ora dopo con il servizio di guarigione. Nora è stata molto felice di questo incontro e si è adoperata moltissimo per accoglierci nel miglior modo possibile. La serata si è conclusa con una cena offerta dalla nostra generosa amica.



Certamente questa iniziativa di solidarietà si è rivelata un successo ed è un'esperienza da ripetere, non soltanto nel periodo natalizio, ma durante tutto l'anno. Sapere di aver reso felici due care amiche è molto appagante!

Vi informiamo che ...

## 70° ANNIVERSARIO DELL'AUTOBIOGRAFIA DI UNO YOGI

Pubblicata per la prima volta nel 1946, l'*Autobiografia di uno Yogi* fu subito riconosciuta non solo come un capolavoro della letteratura, ma anche come un'opera capace di esercitare una grande influenza nel campo della filosofia orientale.

Tradotto in 45 lingue in tutto il mondo, ha svolto la funzione di ambasciatore dell'antica scienza indiana dello yoga, facendo conoscere a innumerevoli lettori i metodi per raggiungere la realizzazione di Dio.



Per celebrare il settantesimo anniversario della sua pubblicazione, durante tutto il mese di dicembre, è stato possibile acquistare presso il nostro Centro l'*Autobiografia di uno Yogi* a 10 euro. Molti devoti hanno approfittato di questa offerta per regalare il libro a parenti ed amici in occasione del Natale.

## RICONOSCIMENTO UNESCO PER LO YOGA

Lo yoga, disciplina nata in India e oggi popolare nel mondo intero, **è stato inserito nella lista del patrimonio culturale immateriale dell'umanità** da una apposita commissione dell'Unesco, riunita ad Addis Abeba il 2 dicembre 2016.

*"La filosofia dietro l'antica pratica dello yoga in India ha influenzato numerosi aspetti della società indiana"* - ha scritto in un comunicato l'organizzazione Onu per la scienza e la cultura che ha sede a Parigi. *"Praticato a tutte le età, senza discriminazione di sesso, classe o religione (...) associa posizioni, meditazione, respirazione controllata, recitazione di parole e altre tecniche mirate a beneficiare l'individuo, ad attenuare i dolori e a consentire di raggiungere uno stato di liberazione"* - riassume l'Unesco.

## NUOVO CIRCOLO DI MEDITAZIONE A GROTTAFERRATA



Certamente si può ritenere che l'evento più importante dell'anno, per la Self-Realization Fellowship, sia stato la proiezione del film sulla vita di Paramahansa Yogananda, "Il sentiero della felicità". Dopo il "tutto esaurito" nelle sale cinematografiche di Roma, il film è approdato anche a Grottaferrata, in una sala pressoché completa per la prima proiezione e con una consistente presenza nella seconda, qualche settimana dopo.

Alcuni, tra gli spettatori, hanno chiesto di essere informati sulle attività della SRF e questo ha portato all'incontro, presso la Biblioteca Comunale, per una breve meditazione guidata. Quasi tutti gli intervenuti erano raggianti e desiderosi di altri momenti simili e così è iniziata la ricerca per una sede nella quale incontrarci regolarmente.

La ricerca è stata piuttosto laboriosa, sia per la difficoltà nel trovare un luogo abbastanza appartato e silenzioso, sia per i costi decisamente alti degli affitti in zona. E' stato chiesto aiuto di segnalazioni utili anche agli amici che desideravano iniziare a seguire gli insegnamenti del Maestro, ma non c'è stata risposta. Finché, in ottobre, si è giunti a Villa Abbamer, una "Country House" lungo la Via Anagnina, che da quel punto prende il nome di Tuscolana, circondata da un bellissimo giardino che smorza i rumori del traffico e che, all'interno, dispone di ambienti accoglienti, accurati e anche abbastanza appartati.

Così a novembre sono iniziati gli incontri ai quali hanno preso parte una decina di persone ogni volta. La maggioranza dei partecipanti era costituita da aspiranti yogi, senza alcuna conoscenza delle tecniche di meditazione. Si è partiti con brevi meditazioni, precedute da letture, dagli esercizi respiratori e intervallate da canti che sono stati molto apprezzati da tutti.

Gli amici che frequentano si stanno man mano iscrivendo alla S.R.F. ed iniziano così ad apprendere le tecniche base di meditazione. Questo consente di allungare i tempi di meditazione, con l'obiettivo di rendere gli incontri sempre più simili ai Servizi di Ispirazione tenuti al nostro Centro.

Questo piccolo Circolo di Grottaferrata è frequentato da amici che vengono anche da Frascati, Genzano, Ciampino e Roma. Tutti sono i benvenuti e se anche voi desiderate una piccola meditazione in semplicità, venite! Ci incontriamo il secondo e quarto giovedì del mese dalle 18.00 alle 19.30.

*Per informazioni: Anita 349 325 3821*



LETTERA DI SRI MRINALINI MATA A TUTTI I CENTRI, GRUPPI E CIRCOLI SRF



## Self-Realization Fellowship

Founded in 1920 by Paramahansa Yogananda

settembre-ottobre 2016

Miei cari,

spesso gli avvenimenti quotidiani ci ricordano che il mondo sta attraversando un periodo di turbolenza, mentre tenta di liberarsi dall'ignoranza spirituale e materiale delle epoche passate. Ma Gurudeva Paramahansa Yogananda ci ha assicurato che viviamo in un'era di evoluzione ascendente e ha sempre mantenuto viva in noi una prospettiva di speranza e di ottimismo, pur tra i temporanei alti e bassi dell'esistenza. Voi potete permeare la vostra vita di questo stesso spirito positivo se rifiutate di cedere all'ansia o allo scoraggiamento e attingete ogni giorno alla fonte di libertà e forza divina di cui Dio ha dotato ogni anima. Noi tutti siamo fatti a Sua immagine e possediamo interiormente la capacità di ancorarci a una realtà superiore, che ci pone al di sopra dell'inquietante spettacolo della dualità: la capacità di essere liberi come lo è Dio e di unirci alla Sua coscienza trascendente, al Suo amore e alla Sua gioia. La realizzazione di questa verità è lo scopo della nostra vita e la risposta risolutiva alle sofferenze e alle disarmonie del mondo.

Maya tenta di tenerci avvinti al mondo materiale, facendoci sentire piccoli e vulnerabili di fronte alle circostanze esterne. Induce l'ego a diventare ipersensibile e a farsi sopraffare dalla paura, dall'apprensione o da altre emozioni negative che indeboliscono la volontà e restringono le nostre vedute. Gurudeva ci esorta invece a non accettare questo illusorio senso di impotenza e ad affermare che la nostra mente e la nostra volontà sono vie di accesso verso la mente onnisciente di Dio e la Sua volontà onnipotente. Se teniamo aperte queste porte interiori usando correttamente la mente e la volontà, anche le condizioni esteriori più difficili diventano occasioni per far emergere il coraggio e le potenzialità innate della nostra anima. In questo modo saremo in grado di esercitare un influsso positivo sull'ambiente che ci circonda, anziché limitarci a reagire ai suoi stimoli come vittime inermi.

"Il mondo cambierà quando cambierà il cuore delle persone", ci ha detto Guruji. Per dare inizio a questo cambiamento, dobbiamo controllare la nostra coscienza. Meditate ogni giorno e assimilate ogni giorno qualcuna delle verità incoraggianti e rigeneranti contenute negli insegnamenti di Gurudeva. Rafforzerete così la fede in Dio e la fiducia in voi stessi e vi sentirete incoraggiati a porre in sintonia la vostra vita con le Sue leggi eterne. Sappiate che se scegliete di dare il primo posto nel vostro cuore alla Divina Armonia, e di conseguenza vivete rettamente e trattate gli altri con gentilezza, comprensione e sollecitudine, state eliminando una causa primaria della sofferenza e dei conflitti di questo mondo: l'egoismo, come pure l'isolamento e la discordia che l'egoismo porta con sé.

Per vivere sulla terra come creature divine, dobbiamo espandere la coscienza oltre il piccolo sé. Quale potrebbe essere la risposta ideale ai problemi del mondo se non l'antica scienza del Kriya Yoga, la soluzione liberatrice che ci è stata donata dai nostri Guru? Nella loro lungimiranza, essi erano infatti consapevoli delle prove che avremmo dovuto affrontare in quest'epoca moderna. La scienza del Kriya Yoga ci permette di invertire il flusso dell'energia vitale che, essendo rivolto all'esterno, ci tiene legati a questo mondo caotico, e di ricondurre la coscienza all'interno, immergendola nel sacro silenzio dell'anima, dove la dualità non può raggiungerla. È qui che possiamo percepire il tocco risanatore dell'ineffabile pace di Dio e del Suo amore infinito, che è capace di trasformarci e, traboccando dal nostro cuore, abbraccia silenziosamente tutti coloro che incontriamo. Le benedizioni del Guru e le mie continue e profonde preghiere possono giungere fino a voi, mentre percorrete il sentiero interiore verso la libertà dai sogni e dalle paure di maya, espandendo il vostro amore fino a includere tutte le creature, per irradiare verso di loro, in quanto parte del vostro più grande Sé, la presenza di Dio, che unisce e dona la pace.

Le benedizioni di Dio e di Gurudeva siano sempre con voi,

Sri Mrinalini Mata

Copyright © 2016 Self-Realization Fellowship. Tutti i diritti riservati.

SRI MRINALINI MATA, PRESIDENT

INTERNATIONAL HEADQUARTERS: 3880 SAN RAFAEL AVENUE, LOS ANGELES, CALIFORNIA 90025-3219

TEL: (323) 225-2471 • FAX: (323) 225-2688 • [www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)

IN INDIA: VEDANTA SATSANGA SOCIETY OF INDIA

## AUGURI DI NATALE



Natale 2016

*Cari amici,*

*auguriamo di cuore a voi e ai vostri cari un Natale colmo di gioia e di benedizioni. Preghiamo che il prossimo anno sia per voi un anno di pace, e vi riservi la promessa di poter realizzare la vostra divina natura immortale.*

*Vi siamo profondamente grati per l'amorevole e generoso servizio che offrite alla missione mondiale del nostro amato Gurudeva.*

*Il vostro fedele sostegno e le affettuose attenzioni che ci avete dimostrato nel corso di tutto l'anno sono per tutti noi un bene prezioso.*

*In divina amicizia,*

*Bro. Tyagananda e Br. Francesco*

*Center Department*

*"Mi inchino a voi tutti, al Cristo infinito che è presente in voi. Oh Cristo, donaci l'estasi della tua gioia, affinché possa rimanere con noi ogni ora, ogni minuto di ogni giorno."*

- Paramahansa Yogananda

Felice Natale!

Il Circolo di meditazione SRF di Bari

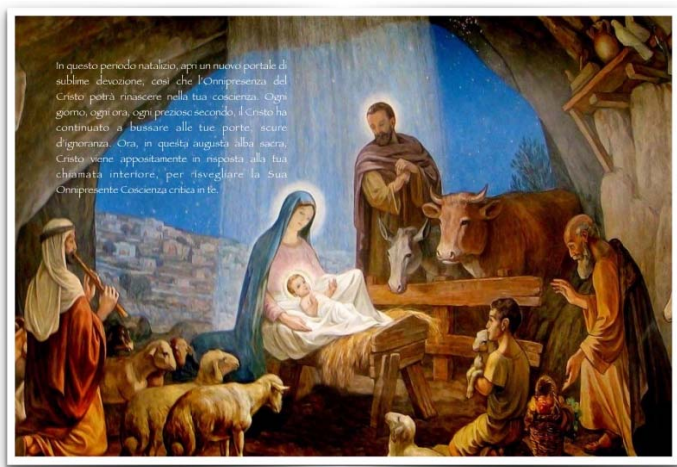


*"Io m'inchino al Cristo nel tempio di tutti i fratelli, nel tempio di ogni cosa che vive"*

- Paramahansa Yogananda

Buon Natale e Buon Anno!

Il Circolo di San Miniato



Cari amici,  
vi inviamo i nostri migliori auguri di  
buone feste

In divina amicizia

Il Gruppo di Meditazione di **Trapani**

Cari amici,

Un caro saluto dal Gruppo di meditazione di **Udine** della SRF. Con tutto l'amore del Cristo ne approfittiamo per augurarvi un sereno Natale nell'armonia e nelle benedizioni del Cristo e del nostro caro Maestro.

Jai Guru.



Cari amici,  
vi ringraziamo di cuore e ricambiamo  
con profondo affetto i vostri sentiti  
auguri. In divina amicizia

Il Gruppo di meditazione di **Palermo**



*"Celebrate la venuta di Cristo sulla terra contemplando la divina Coscienza Cristica che si manifestò in Gesù, e vedendola nascere nuovamente nella culla del vostro risveglio spirituale"*

- Paramahansa Yogananda

Carissimi amici,  
un caloroso augurio di Buone Feste a tutta la famiglia spirituale italiana della Self-Realization Fellowship.  
I vostri fratelli spirituali del Gruppo di **Livorno**



Vi auguriamo a tutti pace nel cuore e tante benedizioni da Cristo e da tutti i nostri Maestri.  
In divina amicizia,  
I devoti del  
Gruppo di meditazione di **Firenze**

Carissimi amici,  
auguriamo a voi e ai vostri cari un Felice Natale e un Anno Nuovo colmo delle benedizioni di Dio, di Cristo e dei nostri Maestri.  
In divina amicizia.  
Gruppo di Meditazione di **Bologna**  
della Self-Realization Fellowship

I devoti del Gruppo SRF di Catania ringraziano e ricambiano con affetto gli auguri per un Santo Natale ed un meraviglioso Anno Nuovo nell'Amore del nostro Guruji.

In Divina Amicizia.

Gruppo SRF di **Catania**

Auguri per un Natale gioioso e un 2017 di grande realizzazione dal Circolo SRF di Perugia

Cari Amici

Grazie per gli Auguri che ricambiamo di cuore.

Un Caro saluto a tutti Voi.

In Divino Amore e Amicizia

Gli Amici del Circolo SRF di **Varese**





Maria mit dem Kinde von Lukas Cranach d. Ä. (ca. 1530)

*Buon Natale e Buon Anno*

Buon Natale a tutti. Vi auguro il Natale più bello della vostra vita; e so che nel vostro cuore anche voi mi inviate lo stesso amorevole augurio. Oggi concentriamoci soprattutto sul Cristo e sul suo amore.

Questo è il mio augurio per l'anno nuovo: che tutti voi possiate raggiungere il paese oltre i vostri sogni, in cui regnano la pace e la gioia in eterno.

Paramahansa Yogananda



Circolo di Meditazione SRF di Venezia - Mira  
srf.venezia.mira@gmail.com

Il Circolo di meditazione SRF di **Bergamo** augura Buone Feste a tutti voi. Possano la luce e l'amore del Cristo risplendere sempre nei vostri cuori. In divina amicizia.

Rinnoviamo a voi tutti i nostri più cari auguri di un:

*Felice Anno  
Nuovo*

in divina amicizia.

Jai Jai Guru!

Il Centro di meditazione di **Milano**





## 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>

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

[http://www.yogananda-srf.org/Request\\_Free\\_Literature.aspx#.UKSfGuRFWAg](http://www.yogananda-srf.org/Request_Free_Literature.aspx#.UKSfGuRFWAg)

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

<http://visitor.r20.constantcontact.com/manage/optin/ea?v=0013yYWxlr3IUFcQonXX6dAfw%3D%3D>

Per essere aggiornati sulle attività della Yogoda Satsanga Society (SRF in India): <http://www.yssofindia.org>

Per iscriversi alla e-Newsletter della YSS:

<http://www.yssofindia.org/enews.php>



*“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 volete essere cancellati dalla mailing list o se desiderate che altri vostri amici ne facciano parte per ricevere il nostro notiziario, vi preghiamo di scrivere all'indirizzo e-mail:

[centrodiroma@yogananda-roma.org](mailto:centrodiroma@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 Centro di Meditazione di Roma della SRF <http://www.yogananda-roma.org>