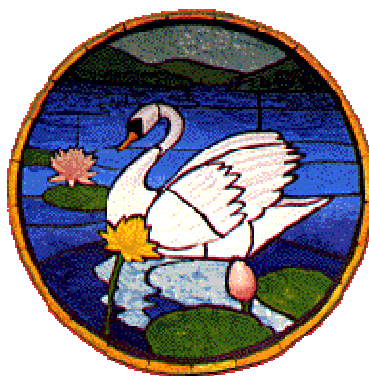


*Notiziario  
del Gruppo di Meditazione di Roma della  
Self-Realization Fellowship*

*- Marzo 2012 -*



*“L’amicizia che esiste fra il guru e il discepolo è eterna. Quando il discepolo accetta la disciplina del guru si affida a lui completamente e liberamente”*

*Paramahansa Yogananda  
L’eterna ricerca dell’uomo*

Cari amici,

per aprire il notiziario di questo mese abbiamo scelto queste parole, che parlano del rapporto fra guru e discepolo, per rendere omaggio a Paramahansaji e a Swami Sri Yukteswar dei quali celebreremo il *mahasamadhi* il 7 e il 9 marzo. In queste ricorrenze le benedizioni spirituali dei Maestri sono più forti, e noi tutti, attraverso la concentrazione e la devozione, possiamo trarne beneficio per la nostra vita spirituale. In queste cerimonie è consuetudine portare un fiore e un’offerta come segni della propria devozione e lealtà. Ci fa anche piacere ricordare che il 7 marzo ricorrerà il 60° anniversario del *mahasamadhi* di Paramahansa Yogananda.

Si avvicinano le date dell’incontro a Paestum con i monaci del Center Department. Sarà un’occasione unica per riflettere sugli ideali spirituali che guidano i gruppi SRF e sul privilegio che abbiamo di servire l’opera del Maestro. Il comitato organizzatore ci invita tutti a prenotarci nei tempi prefissati e, se lo desideriamo, a offrire il nostro servizio durante l’evento.

Infine, nella rubrica “approfondimento del mese”, troverete alcune informazioni su come si sostiene economicamente il nostro Gruppo di Meditazione.

In divina amicizia

Il Comitato di Coordinamento

## Servizi settimanali

**Mercoledì**  
**14-21-28**

**Servizio di Ispirazione e Preghiera dalle 18.30 alle 20.00**

*Mercoledì 7 il servizio viene sostituito dalla Cerimonia per il Mahasamadhi di Paramahansa Yogananda*

**Giovedì**  
**1-8-15-22-29**

**Meditazione individuale dalle 17.00 alle 20.00 (entrata/uscita libere)**

**Sabato**  
**3-10-17-24-31**

**Studio di Gruppo dalle 16.00 alle 17.00**

**Servizio di Lettura dalle 17.30 alle 18.30**

**Servizio di Meditazione dalle 18.40 alle 20.00**



*“Se siederete, notte dopo notte, praticando la meditazione e invocando Dio, il buio sarà bruciato e voi vedrete la luce dietro questa luce fisica.”*

*Paramahansa Yogananda*

## Servizi di lunga meditazione

**Domenica 11 Servizio di Meditazione guidata dalle 17.00 alle 20.00 con Esercizi di Ricarica in gruppo alle 16.30** (possibilità di ingresso anche alle 18.00 e alle 19.00)

**Domenica 25 Servizio di Meditazione dalle 7.30 alle 13.00 – apertura alle 7.00 per Esercizi di Ricarica individuali** (possibilità di ingresso anche alle 8.55 e alle 10.00)



*“Nella vostra lunga meditazione settimanale, dimenticate il mondo e allontanate dalla mente tutte le preoccupazioni. Affidate i vostri pensieri a Dio, Parlategli col cuore. Allora saprete che state progredendo spiritualmente.”*

*Sri Daya Mata*

## Studio di gruppo delle Lezioni SRF (riservato agli iscritti)

**Sabato 3 Lezione SRF # 1 “La via che conduce ad una vita più elevata”**

**Sabato 10 Lezione SRF # 2 “Il potere dinamico della volontà”**

**Sabato 17 Lezione SRF # 3 “Qual’è la religione migliore?”**

**Sabato 24 Lezione SRF # 3A “Come meditare”**

**Sabato 31 Lezione SRF # 4 “L’amicizia”**



*“Voi potete comunicare con Dio e con i Suoi santi, se praticate la scienza del Kriya Yoga. Il mio solo desiderio è di darvi la Verità, affinché possiate sperimentare quello che sperimento io.”*

*Paramahansa Yogananda*

## Servizi di lettura

Sabato 3	<i>"Riconquistate la vostra eredità divina"</i>
Sabato 10	<i>"Come creare e distruggere le abitudini a volontà"</i>
Sabato 17	<i>"Il segreto del successo spirituale"</i>
Sabato 24	<i>"La pace: altare del paradiso"</i>
Sabato 31	<i>"Il vero significato della resurrezione"</i>



*"La mia preghiera per ciascuno di voi è che non vi arrendiate mai finché non sarete stabiliti in Lui. Cercatelo continuamente attraverso la preghiera e il Kriya Yoga."*

*Paramahansa Yogananda*

## Eventi speciali di marzo

Mercoledì 7	Cerimonia per il Mahasamadhi di Paramahansa Yogananda
Venerdì 9	Cerimonia per il Mahasamadhi di Swami Sri Yukteswar
Domenica 18	Fellowship culturale alle chiese di Via Venti Settembre

## Appuntamenti speciali del prossimo trimestre

Ven. 6 aprile	Venerdì Santo: Meditazione libera e Servizio di Meditazione
Dom. 8 aprile	Pasqua: Servizio di Meditazione all'alba
Mer. 11 aprile	Servizio dedicato ai cari scomparsi
Ven. 4/Dom. 6 maggio	Incontro con i Monaci SRF a Paestum (Salerno)
Dom. 20 maggio	Gita del gruppo
Ven. 15/Dom. 17 giugno	Ritiro fine settimana all'Oasi Franciscana a Vicovaro

## Altri appuntamenti importanti del 2012

Sabato 28 luglio	Festa prima della chiusura estiva di agosto
Sabato 20 ottobre	Introduzione alla meditazione Yoga e agli insegnamenti di Paramahansa Yogananda - Evento condotto da Monaci SRF
Gio. 25/Dom. 28 ottobre	Tour SRF al Ciocco (Lucca)

## Appuntamenti speciali di marzo



*“Colui che fedelmente segue un vero Guru diviene simile a lui, perché il Guru contribuisce a elevare il discepolo al proprio livello di realizzazione. Quando trovai il mio Guru, lo Swami Sri Yuktewsar, presi la risoluzione di seguire il suo esempio: di porre, cioè, Dio solo sull’altare del mio cuore e di dividerLo con altri. Il mio Guru impresso in me la necessità di conoscere il Padre Celeste prima di fare il tentativo di parlare agli altri di Lui. Quanto gli sono grato per avermi dato il suo insegnamento! Egli stesso, invero, comunicava con Dio.”*

- Paramahansa Yogananda

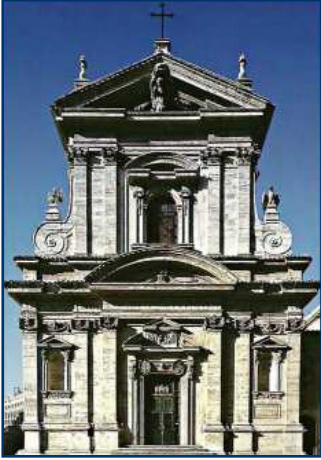
Mercoledì 7 marzo e Venerdì 9 marzo celebreremo rispettivamente il mahasamadhi di Paramahansa Yogananda e dello Swami Sri Yuktewar. Durante il rito delle offerte ci recheremo all’altare per offrire loro un fiore e un’offerta, doni che simboleggiano la nostra devozione e lealtà incondizionate. E’ soprattutto in questo momento che si percepiscono intensamente le benedizioni dei Maestri, anime pienamente realizzate!

Quest’anno il 7 marzo è una data di particolare importanza perché ricorre il 60° anniversario del mahasamadhi di Paramahansa Yogananda avvenuto nel 1952. Sri Daya Mata ricorda con queste parole gli ultimi istanti di vita terrena del Guru: *“L’ultimo giorno, il 7 marzo, quando entrai nella stanza del Maestro, lo trovai seduto in poltrona nella posizione del loto, molto quieto. Quando mi avvicinai a lui, mise un dito sulle labbra ad indicare che desiderava fosse osservato il silenzio. La sua mente era estremamente interiorizzata, assorta in Dio. La stanza era pervasa da una potente vibrazione divina di pace e di amore. Quella sera Guruji si recò all’Hotel Biltmore dove si doveva tenere il ricevimento in onore dell’ambasciatore. Parlò con tale fervore dell’amore di Dio, che tutti i presenti si sentirono innalzati ad un altro piano di coscienza. Certamente mai prima di allora avevano udito qualcuno parlare con tale intima conoscenza della presenza del Signore. Quella sera le ultime parole che il nostro Guru pronunciò sulla terra furono rivolte a Dio e all’India.”*



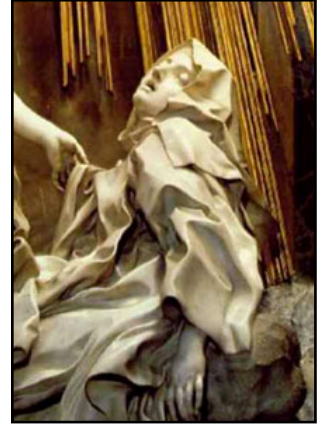
## FELLOWSHIP CULTURALE

domenica 18 marzo



A causa delle abbondanti nevicate dei giorni scorsi abbiamo dovuto posticipare la nostra fellowship culturale in programma domenica 19 febbraio.

Vi ricordiamo che la meta dell'incontro sarà la zona di Via Venti Settembre. Visiteremo monumenti importanti tra cui la chiesa di Santa Maria della Vittoria, dove potremo ammirare il meraviglioso e spettacolare gruppo scultoreo dell'Estasi di Santa Teresa d'Avila, opera del Bernini.



Per l'appuntamento ed altre informazioni sulla fellowship cliccate sul link

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

### E' accaduto il mese scorso...

Il ricordo di Sri Daya Mata è sempre vivo nella nostra mente e nel nostro cuore. L'incomparabile esempio di amore divino che lei ha incarnato continua, e continuerà sempre, a ispirarci. Il 28 gennaio scorso, in prossimità del suo compleanno (che ricorre il 31), le abbiamo dedicato un servizio di meditazione, a cui è seguito un bellissimo video in cui Ma parla della pace e dell'amore divino percepiti durante la sua visita ad Assisi del 1961.

Quest'anno la festa in suo onore è continuata fuori della cappella. Molti devoti si sono infatti ritrovati in un vicino ristorante per trascorrere una serata che, grazie al gioioso spirito di amicizia, all'ambiente silenzioso, alla cordialità dei gestori e, sicuramente, alle benedizioni di Ma, si è rivelata davvero piacevole. Le pietanze sono state molto gradite e anche il dolce di compleanno ma, soprattutto, non sono mancati i sorrisi e la gioia di stare insieme.



Altre foto su <http://galleria.yogananda-roma.org/main.php>

## Approfondimento del mese

### Come si sostiene economicamente il gruppo?



Spesso ci sentiamo rivolgere questa domanda sia dai nuovi sia dai vecchi devoti e desideriamo utilizzare questo spazio del notiziario per dare qualche informazione al riguardo.

La cappella si sostiene unicamente sulle offerte degli iscritti e di coloro che partecipano ai servizi.

Premesso che la “risorsa” principale sono i devoti che pregano e meditano insieme cercando di mettersi in sintonia con Dio e con il Guru, possiamo aiutare finanziariamente il gruppo in diversi modi:

- l’offertorio, che si svolge durante i servizi di lettura e di ispirazione;
- l’offerta mensile, ovvero il nostro contributo alle spese del gruppo (principalmente l’affitto) con una somma a nostra scelta da corrispondere periodicamente;
- offerte “mirate”, cioè destinate alla realizzazione di specifici progetti (nuova cappella, lavori di ristrutturazione, ecc.)
- offerte estemporanee, incluse quelle, ad esempio, per l’acquisto dei fiori per un addobbo, o di un oggetto di arredo, ecc.

Come gruppo ufficiale della Self-Realization Fellowship siamo autorizzati a destinare queste offerte esclusivamente alle spese necessarie allo svolgimento delle nostre attività. Le offerte raccolte durante le cerimonie in onore dei Maestri vengono, invece, inviate alla Casa Madre.


Cogliamo l’occasione per ringraziare tutti coloro che hanno a cuore il benessere del gruppo e, con le offerte, la meditazione e le preghiere, contribuiscono alla sua crescita. Paramahansa Yogananda ha detto: *“Date e riceverete. Date al mondo quanto di meglio avete e in cambio riceverete quanto di meglio esiste”*.



## Pubblichiamo con piacere...

Incontro-Conferenza del Center Department  
"In divina amicizia"  
Paestum, 4-6 maggio 2012

Il Center Department ha inviato questo messaggio a tutti i Gruppi e Circoli SRF d'Italia:



Gennaio 2012

Cari amici,

siamo lieti di comunicarvi che il Center Department sta organizzando un Incontro che si terrà a Paestum (Salerno) durante il fine settimana del 4-6 Maggio 2012. Questa attività è rivolta in primo luogo a tutti coloro che servono nei Centri, Gruppi e Circoli di Meditazione della Self-Realization Fellowship. Al tempo stesso, chiunque partecipi attivamente alle attività di gruppo e abbia intenzione di servire è invitato a partecipare.

L'Incontro ci darà la possibilità di approfondire gli ideali spirituali delineati dal nostro Guru per i gruppi SRF, e di esaminare quale sia il modo più efficace per servire insieme la sua opera e per coinvolgere le persone nuove che fossero interessate ai nostri insegnamenti. I partecipanti avranno anche tempo per incontrare in modo informale i monaci che servono nel Center Department, e per relazionarsi con devoti che servono in altri gruppi di meditazione in Italia.

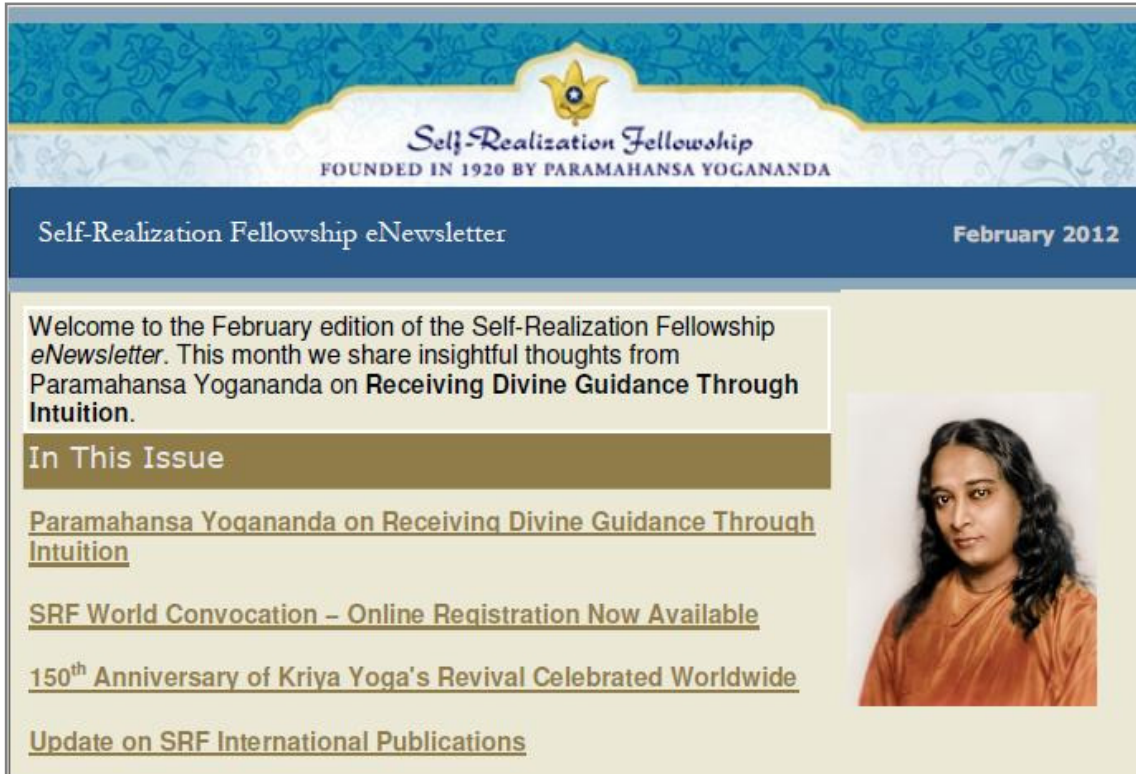
Vi preghiamo di dare piena diffusione a questa lettera e di affiggerla in bacheca, nella vostra sede, al più presto. Oltre al programma, mettete a disposizione copie delle schede di prenotazione allegate.


Speriamo che molti devoti del vostro Gruppo possano partecipare all'Incontro. Abbiamo descritto in questa lettera alcuni degli eventi inclusi nel programma, ma la cosa più importante è la presenza di Dio e del Guru, e il sentimento di divina amicizia che è possibile sperimentare in modo così tangibile ogni volta che i devoti si riuniscono, legati dal comune desiderio di cercare Dio e di servire l'opera del nostro Guru. Augurandoci di incontrarvi presto, vi salutiamo caramente.

In divina amicizia,  
SELF-REALIZATION FELLOWSHIP  
*Center Department*  
Center Department

Chi è interessato a partecipare a questo incontro, può ritirare in cappella il programma e le scheda per la prenotazione alberghiera, o richiederne l'invio tramite e-mail. Ricordiamo che le prenotazioni dovranno essere inviate all'hotel Ariston entro il 15 marzo 2012. Nella bacheca della sala inferiore si trovano alcune informazioni utili per raggiungere Paestum in treno. Chi ha bisogno di un passaggio in auto può segnalarlo sull'apposita scheda affissa nella bacheca principale. Infine, chi desidera contribuire con il proprio aiuto al lavoro organizzativo può mettersi in contatto con Paolo (338.8683970).

## Notizie dai siti web della SRF e YSS



 Come possiamo leggere nell'ultima eNewsletter, la SRF è lieta di offrirvi l'opportunità di prenotarsi on-line per partecipare alla Convocazione SRF che si terrà a Los Angeles dal 29 luglio al 4 agosto 2012. Potremo unirvi agli amici e ai membri della SRF per trascorrere una settimana di fratellanza spirituale, con meditazioni, kirtan e conferenze sugli insegnamenti di Paramahansa Yogananda. Per farlo cliccate su:

[http://www.yogananda-srf.org/SRF\\_World\\_Convocation.aspx](http://www.yogananda-srf.org/SRF_World_Convocation.aspx)

 Ricordiamo che la SRF offre agli iscritti la possibilità di ricevere via e-mail tutte le comunicazioni che vengono inviate con la posta tradizionale. Potete farne richiesta su:

[http://www.yogananda-srf.org/Sign\\_up\\_for\\_SRF\\_eNews\\_and\\_Digital\\_Mailings.aspx](http://www.yogananda-srf.org/Sign_up_for_SRF_eNews_and_Digital_Mailings.aspx)

 Chi desidera ricevere via e-mail la Newsletter dalla SRF può mettere il proprio indirizzo e-mail sul seguente link:

<http://visitor.r20.constantcontact.com/manage/optin/ea?v=0013yYWxlr3IUfcQonXX6dAfw%3D%3D>

 Chi desidera invece ricevere via e-mail la Newsletter dalla YSS può mettere il proprio indirizzo e-mail sul seguente link:

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





*“Non datevi tregua, finché la vostra  
devozione per Dio e la vostra consapevolezza  
di Lui non saranno complete.”*

- 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*

[gruppodioroma@yogananda-roma.org](mailto:gruppodioroma@yogananda-roma.org)

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

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

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

