

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

- aprile 2013 -



“Per raggiungere la realizzazione divina è necessario provare compassione (daya) per tutti gli esseri viventi, perché Dio stesso è traboccante di questa qualità. Chi ha un cuore tenero sa mettersi nei panni degli altri, percepisce le loro sofferenze e cerca di alleviarle”.

Paramahansa Yogananda

Cari amici,

E' sempre un piacere condividere con voi il notiziario mensile, e vi preghiamo di tenere sempre presente che il vostro parere sulla sua impostazione e i suoi contenuti è molto ben accetto, e che la casella di posta elettronica del Gruppo è abbastanza capiente da dare spazio a tutti!

Marzo è stato un mese ricco di ispirazione grazie alle cerimonie dedicate al nostro Guru, Paramahansa Yogananda, e al nostro Paramguru, Sri Yukteswar, e alla Pasqua che ci ha visti raccolti ai piedi del Cristo ad ascoltare il suo messaggio d'amore. Aprile si apre con il servizio dedicato al ricordo dei nostri cari scomparsi che come dice il Maestro *“continuano a vivere, benché si siano spogliati del corpo fisico”*. Mercoledì 3, attraverso letture appropriate e nel silenzio della meditazione profonda cercheremo di comprendere *“che questa vita non è la fine, ma soltanto un anello dell'eterna catena che ci lega ai nostri cari”*.

Dal 6 aprile adotteremo il nuovo orario dei servizi di lettura e meditazione del sabato. All'interno troverete i particolari e, comunque, vi invitiamo a consultare la bacheca in cappella e il sito del Gruppo per gli eventuali aggiornamenti sull'argomento.

Dall'11 al 14 aprile ad Abano Terme i monaci della Self-Realization Fellowship condurranno un corposo programma spirituale che includerà, conferenze, meditazioni di gruppo, satsanga, e la cerimonia di iniziazione al Kriya Yoga.

Durante il mese di aprile e in una data di maggio le prossime "fellowship" avranno come oggetto il poema epico "Il Mahabharata", con la proiezione in tre parti del noto omonimo film.

Infine, vi ricordiamo una scadenza: il 6 aprile si chiudono le prenotazioni per il ritiro di Vicovaro. Speriamo vivamente che molti possano avere la possibilità di partecipare a questo atteso appuntamento, sempre ricco di promesse spirituali.

Buona lettura, in divina amicizia

Il Comitato di Coordinamento



Servizi settimanali

Mercoledì Servizio di Ispirazione e Preghiera dalle 18.30 alle 20.00

3-10-17-24

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

4-11-18-25

Sabato Servizio di Meditazione dalle 17.15 alle 18.20

6-13-20-27

Servizio di Lettura dalle 18.30 alle 19.30



"Impara a vedere Dio in tutte le persone, a qualunque razza o religione appartengano. Quando comincerai a sentire che ogni essere umano è parte di te saprai cos'è l'amore divino, non prima".

Paramahansa Yogananda

Servizi di lunga meditazione

Domenica 14 Servizio di Meditazione dalle 17.00 alle 20.00 con Esercizi di Ricarica in gruppo alle 16.30 (con possibilità di ingresso anche alle 18.00 e alle 19.00)

Domenica 28 Servizio di Meditazione dalle 7.30 alle 13.00 – apertura alle 7.00 per gli Esercizi di Ricarica individuali (*possibilità di ingresso anche alle 8.55 e alle 10.00*)



"Prendi la ferma decisione di non lasciarti colpire dalle difficoltà, di non essere incontentabile, di non essere vittima delle abitudini e degli stati d'animo. Allora sarai libero come un'allodola".

Paramahansa Yogananda

Studio di gruppo delle Lezioni SRF (16.00-17.00 → riservato agli iscritti)

Sabato 6 Lezione SRF # 34: "Importanti esercizi di ricarica e di guarigione"

Sabato 13 Lo Studio di Gruppo non si terrà

Sabato 20 Lezione SRF # 35: "Spiritualizzare la forza creativa"

Sabato 27 Lezione SRF # 36: "Perché non siete cambiati come desideravate"



"Non esistono scuse per non pensare a Dio. Giorno e notte, sullo sfondo della tua mente dovrebbe echeggiare solo un pensiero: 'Dio! Dio! Dio!'".

Paramahansa Yogananda

Servizi di lettura

Sabato 6	<i>" Fate la conoscenza di Dio"</i>
Sabato 13	<i>"Guarire conoscendo la natura della creazione"</i>
Sabato 20	<i>"Come svolgere il proprio ruolo nella vita"</i>
Sabato 27	<i>"Il potere della concentrazione"</i>



"Non vi sono parole umane che possano esprimere quale gioia attenda di essere svelata nel silenzio che regna oltre i portali della tua mente. Ma devi esserne convinto, devi meditare e creare le condizioni adatte".

Paramahansa Yogananda

Appuntamenti speciali del secondo trimestre

Mer.	3 aprile	Servizio in ricordo dei nostri cari scomparsi
Ven.	19 aprile	Fellowship – I parte del film "Il Mahabharata"
Ven.	26 aprile	Fellowship – II parte del film "Il Mahabharata"
Ven.	3 maggio	Fellowship - III parte del film "Il Mahabharata"
Sab.	4 maggio	Servizio di Meditazione dedicato a Rajarsi Janakananda
Sab.	11 maggio	Servizio di Meditazione dedicato a Sri Mrinalini Mata
Dom.	19 maggio	Gita di Gruppo
	7 – 9 giugno	Ritiro spirituale a Vicovaro
	14 -16 giugno	Partecipazione al Festival dello Yoga di Roma

Appuntamenti speciali di aprile

SERVIZIO PER I CARI SCOMPARI

Il Maestro ci dice: *“Per comunicare con i vostri cari scomparsi, meditate intensamente su Dio. Quando sentite dentro di voi la sua pace, concentratevi profondamente sul centro cristico e inviate il vostro amore ai cari scomparsi. Visualizzate nel centro cristico la persona con cui volete comunicare. Mandate alla sua anima le vostre vibrazioni di amore, di forza e di coraggio. Se lo farete senza interruzione, e se il vostro interesse nei confronti della persona cara non diminuirà, la sua anima riceverà certamente le vostre vibrazioni, che le daranno un senso di benessere e le faranno sentire di essere amata”.*



“E’ possibile comunicare con i nostri cari che ci hanno lasciato. Voi potete trasformarvi in uno strumento ricevente e trasmettente al tempo stesso. Se cercate uno dei vostri cari scomparsi meditando profondamente e ininterrottamente su quell’anima, riceverete una risposta”.

- Paramahansa Yogananda

SERVIZIO DEDICATO AI NOSTRI CARI SCOMPARI

• Mercoledì 3 aprile ore 18.30 •

Come è ormai consuetudine per il nostro Gruppo, il primo servizio di ispirazione dopo la Pasqua è dedicato a tutte le persone care che ci hanno lasciato: parenti, amici e devoti.

Il servizio prevede una prima parte che terminerà alle 19.15 con la tecnica di guarigione; la seconda parte proseguirà poi con una meditazione per concludersi, come di consueto, alle 20.00.

Il servizio è aperto a tutti e sono benvenuti familiari e amici.

TOUR 2013 - ABANO TERME

11 - 14 aprile 2013

Il Tour dei monaci è sempre considerato il vero "evento" dell'anno ed è di certo una benedizione potervi partecipare. Sappiamo già tutto sul programma e qui desideriamo solo segnalare che la conferenza pubblica di apertura sarà tenuta da Brother Naradananda e avrà per titolo "La meditazione: il cammino verso la libertà nello Spirito".

Il gruppo di meditazione di Padova della Self-Realization Fellowship presenta

LA MEDITAZIONE: IL CAMMINO VERSO LA LIBERTÀ NELLO SPIRITO

CONFERENZA
sugli insegnamenti
della scienza del Kriya Yoga
di Paramahansa Yogananda

**INGRESSO
GRATUITO**

Giovedì 11 aprile
alle 21:00

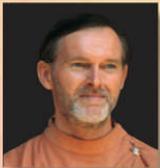
Hotel Terme Alexander Palace
Via Martiri d'Ungheria 24
Abano Terme (PD)



Paramahansa Yogananda
Autore del
classico spirituale
Autobiografia di uno Yogi

Per informazioni:
320-4873972
oppure
334-8243846

**www.
tour-srf-italia.it**



Relatore
Brother Naradananda
monaco dell'Ordine
monastico della
Self-Realization Fellowship

 **SELF-REALIZATION FELLOWSHIP**
FONDATA NEL 1920 DA PARAMAHANSA YOGANANDA
WWW.YOGANANDA-SRF.ORG

FELLOWSHIP DEDICATE AL "MAHABHARATA"

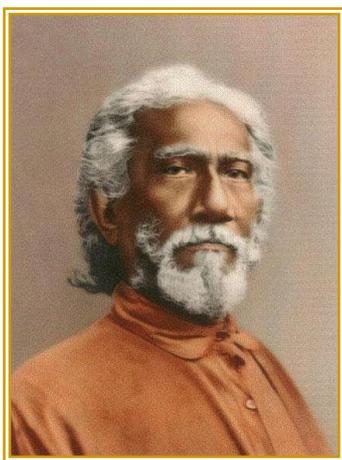
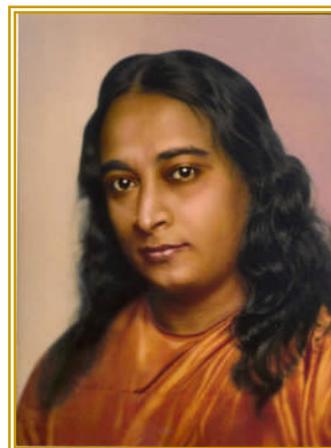
Il Comitato Incontri Sociali ci propone una serie di incontri dedicati al grande poema epico della letteratura indiana. L'interesse sarà centrato sull'omonimo film che potremo vedere suddiviso in tre parti. Vi rimandiamo all'apposito avviso per tutte le altre informazioni.

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

E' accaduto il mese scorso...

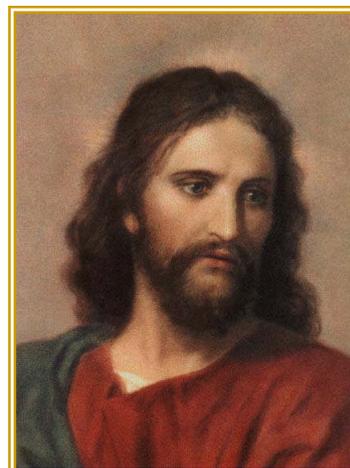
Desideriamo esprimere la nostra gratitudine ai nostri Guru, Paramahansa Yogananda, Sri Yukteswar, e Gesù Cristo la cui viva presenza, durante le celebrazioni tenute in loro onore, ha rafforzato il nostro desiderio di conoscere Dio e di farci guidare dal loro amore e dalla loro infinita saggezza.

“Il mio corpo passerà, ma la mia opera andrà avanti e il mio spirito continuerà a vivere. Anche quando me ne sarò andato lavorerò con tutti voi per liberare il mondo attraverso il messaggio di Dio. Preparatevi per la gloria di Dio. Vivificatevi con la fiamma dello Spirito”.



“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”.

“Ritournerò e vi prenderò con me, perché siate anche voi dove io sono...Così anche voi, ora, siete nella tristezza; ma vi vedrò di nuovo e il vostro cuore si rallegrerà e nessuno vi potrà togliere la vostra gioia”.



Queste foto scattate la domenica di Pasqua, in occasione della Meditazione all'alba, trasmettono la pace e lo spirito di amicizia dei nostri preziosi incontri.



INCONTRO CON I DEVOTI DI SALERNO

Domenica 3 marzo tre devoti hanno portato il saluto e l'amicizia del gruppo di Roma ai devoti di Salerno che hanno organizzato l'incontro. L'esperienza è stata molto bella. Per l'occasione si sono aggiunti anche devoti di Napoli e Bari. C'è stato prima un servizio tenuto nella cappella di Salerno e poi un pranzo tutti insieme.

Uno dei nostri che è andato ci ha detto:

“Meditare insieme a devoti di altri gruppi di fronte alle immagini dei nostri Maestri è stato bellissimo. Non avevo mai provato un’esperienza di questo genere, perché ogni volta che mi sono trovato a meditare con altri gruppi eravamo lì tutti insieme a causa della presenza dei monaci. Allora i monaci erano i punti di riferimento visibili, la ragione almeno apparente della nostra presenza. Questa volta invece eravamo lì tutti insieme, solo per offrire ai Maestri nel modo più sincero i nostri desideri ardenti uniti, mescolati insieme in un’unica irripetibile vibrazione”.



Approfondimento del mese

SCOPO DEI CENTRI E DEI GRUPPI DI MEDITAZIONE DELLA SELF-REALIZATION FELLOWSHIP

Il Guru sapeva quale ruolo gli insegnamenti della Realizzazione del Sé erano destinati a svolgere nella nuova era. Non era interessato a promuovere solo teorie intellettuali o speculazioni filosofiche su Dio, né desiderava creare un'organizzazione basata sulle deboli fondamenta di un temporaneo entusiasmo tra la gente. Il suo obiettivo era, invece, quello di edificare la Self-Realization Fellowship sull'incrollabile roccia della realizzazione spirituale, affinché fosse in grado di resistere alle prove del tempo e di compiere la sua divina missione per le generazioni a venire. Ed egli presagiva che nel futuro i centri e i gruppi di meditazione avrebbero svolto un ruolo essenziale in questa missione, in tre modi principali.

1) Far meditare insieme i devoti alla ricerca della verità

Gurudeva ha spesso affermato che i devoti che si riuniscono per meditare profondamente creano un potente magnete spirituale capace di attirare verso Dio altre anime sincere. Perciò sottolineava che lo scopo principale di questi gruppi è riunire le anime alla ricerca della verità perché possano cercare e trovare Dio applicando la legge divina della concentrazione unita alla meditazione, come insegna la Self-Realization Fellowship. Impegnandosi a sviluppare un profondo rapporto personale con Dio attraverso la meditazione, ciascun devoto contribuisce nella maniera più elevata a mantenere salda la base spirituale che Paramahansa Yogananda ha stabilito per la sua opera.

Il principale dovere spirituale dei membri di un centro o di un gruppo è perciò quello di meditare profondamente e di manifestare divina pace e armonia in tutte le loro attività quotidiane. Quando i nostri pensieri, le nostre azioni e tutti gli altri aspetti della nostra vita sono ricolmi della consapevolezza di Dio e del Guru, automaticamente noi trasmettiamo questo spirito agli altri.

2) Accelerare il progresso spirituale di ciascun devoto

"Coloro che desiderano perfezionarsi" diceva Guruji *"sono esortati dai Maestri a mantenersi in stretto contatto con altre persone di natura affine per rafforzare le loro giuste aspirazioni"*. Partecipare alle attività spirituali del gruppo contribuisce a ispirare ogni devoto a compiere uno sforzo maggiore e serve a proteggerlo da ogni cosa possa distrarlo dal progresso spirituale. La forza del gruppo unito aiuta ogni devoto a trovare in sé la forza e il coraggio per superare l'indifferenza, l'aridità nella devozione, l'irrequietezza, la tendenza a rimandare, lo scoraggiamento e il dubbio, ostacoli che ogni devoto sincero, una volta o l'altra, si trova a dover fronteggiare.

3) Servire l'opera della Self-Realization Fellowship

Il terzo scopo dei centri e gruppi SRF di tutto il mondo è quello di sostenere la Casa Madre della Self-Realization Fellowship nella diffusione degli insegnamenti di Paramahansa Yogananda in tutti i paesi e fra tutti i popoli. I centri e i gruppi possono farlo in vari modi, primo fra tutti fornendo

un luogo di incontro dove i devoti possano costruire insieme le loro vite intorno agli scopi e agli ideali della SRF. Inoltre, i centri e i gruppi offrono ai devoti numerose possibilità di prestare il loro servizio.

I devoti dei gruppi possono far conoscere gli insegnamenti della SRF ad altri ricercatori della verità; possono aiutare a distribuire gli scritti del nostro Guru nelle biblioteche pubbliche e possono prestare il loro aiuto durante i Tour dei monaci SRF.

- Estratti da un bollettino SRF per i centri e i gruppi di meditazione

Il Gruppo informa

Dal 6 aprile cambierà l'orario dei servizi del sabato. Confidiamo che il nuovo programma del sabato, approvato da una larghissima maggioranza dei devoti che frequentano regolarmente il Gruppo, possa facilitare la partecipazione ai servizi e, soprattutto, aiutarci ad assistere meglio i nuovi visitatori. Ci vorrà forse un po' di tempo ad abituarci ai nuovi orari, ma possiamo contribuire ad "ammorbidire" il cambiamento con la puntualità e la collaborazione con gli addetti ai servizi. Inoltre, chiediamo a tutti di farsi portavoce della novità presso amici e conoscenti.

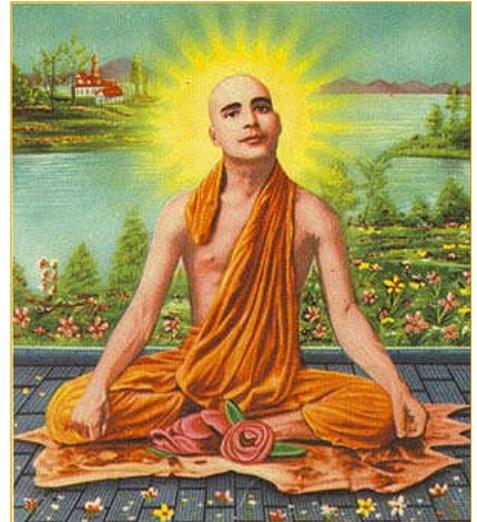
Di seguito riportiamo il nuovo programma dei servizi del sabato.

16.00 – 17.00	Studio di Gruppo delle Lezioni SRF in italiano
17.00 – 17.15	ingresso/uscita devoti
17.15 – 18.20	Servizio di Meditazione
18.20 – 18.30	pausa
18.30 – 19.30	Servizio di Lettura
19.30 in poi	esposizione degli articoli SRF e assistenza ai devoti

IL CANTO COSMICO DI APRILE

Per il mese di aprile è stato scelto il *“Canto dello Swami Ram Tirtha”*.

Nel Divino Romanzo il nostro Guru scrive: *“Quando né tutto il dolore del mondo, né tutte le sofferenze dell’inferno vi turberanno, diventerete simili a un re. E questo è ciò che dovete essere. Infrangendo i limiti del fragile corpo umano, dovete manifestare l’immortalità”*. Nella sua poesia *“Marching Light”*, il grande santo Ram Tirtha ha scritto: *“Attacco al mio carro i destini e gli dei, con la voce del tuono al mondo proclamo!... Libertà! Libertà! Libertà! Om!... Salve, Oceano,... prosciugati e scompari! Attente Montagne! Non ostacolatemi. Oggi le vostre pareti crolleranno in frantumi!”*



Swami Ram Tirtha (1873 – 1906)

I devoti si incontrano

I tepori della primavera ci hanno stimolato a organizzare una nuova partita di calcetto. Dopo le memorabili sfide Roma - Ostia, va in scena un’inedita contesa tra gli YOUNG ADULTS e i SENIORS dei gruppi di Roma e Ostia.

Siamo tutti invitati domenica 21 aprile dalle 18.00 alle 19.00, presso il CIRCOLO ANAGNINO SSD (<http://www.calcioa5tornei.it/>) sito in via Casal di Morena 180 (tel. 06.6483.5656), a partecipare come protagonisti (c’è qualcuno che vuole cimentarsi?), supporters o semplici appassionati di sport.

L’immancabile terzo tempo si terrà nel vicino Agriturismo “La Patatona” (Vicolo Patatona - Ciampino - tel. 06.7960338) che offrirà a un prezzo ragionevolissimo pizza vegetariana no-stop.

Vi aspettiamo!

Notizie dai siti web della SRF e YSS

-  E' stata pubblicata la prima edizione dell'*Autobiografia di uno Yogi* in sanscrito, per maggiori informazioni: http://www.yogananda-srf.org/Self-Realization_Fellowship_News_Feed/Sanskrit_Edition_of_Autobiography_of_a_Yogi_Released_in_India.aspx#.UVa27aLEKNw
-  L'*Autobiografia di uno Yogi* di Paramahansa Yogananda è stata tradotta in 33 lingue in tutto il mondo, per saperne di più cliccare su: <http://www.yogananda-srf.org/tmp/py.aspx?id=3884#.US42NaJWySo>
-  Per conoscere il programma dei ritiri a Hidden Valley (California) e Bermersbach (Germania) usiamo il seguente link: <http://www.yogananda-srf.org/tmp/centers.aspx?id=92#.UN2dhOQsCSO>
-  Indice degli audio - video SRF: http://www.yogananda-srf.org/Audio-Video_Index.aspx
-  Per scaricare dal sito della Self-Realization Fellowship il modulo d'iscrizione e altri supporti SRF cliccare su: http://www.yogananda-srf.org/Request_Free_Literature.aspx#.UKSfGuRFWAg
-  Per ricevere direttamente sul nostro indirizzo di posta elettronica le notizie dalla SRF possiamo utilizzare il seguente link e selezionare le voci che desideriamo: <https://members.yogananda-srf.org/Subscription/Account/Register.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=0013yYWxlr3lUFcQonXX6dAfw%3D%3D>
-  Per rimanere aggiornati sulle attività e gli eventi della Yogoda Satsanga Society (SRF in India) si può usare il seguente link: <http://www.yssofindia.org/news.php>
-  Per iscriversi alla e-Newsletter della YSS, cliccare su: <http://www.yssofindia.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

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/>

