

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

- Giugno 2015 -



Cari Amici,

Dopo il Tour dei monaci dello scorso marzo e i successivi sabati dedicati allo studio delle tecniche base del mese di aprile, abbiamo ripreso il consueto orario dei nostri servizi.

Nel mese appena passato abbiamo avuto vari impegni. La nostra gita annuale alla necropoli etrusca di Cerveteri e a Ceri è stata un vero piacere, abbiamo potuto godere di una giornata all'aperto nella bellissima cornice naturale dell'Agro Romano.

Il prossimo mese di giugno sarà veramente ricco di impegni: domenica 7 avremo un'anteprima della nostra Scuola Domenicale per bambini; dopo alcuni anni finalmente ritorna l'importante attività dedicata ai più piccoli. Questa prima giornata servirà per far conoscere i nostri insegnanti e i bambini; sarà inoltre una prima opportunità di incontro tra i genitori.

Durante la Scuola Domenicale i genitori e tutti coloro che interverranno potranno meditare nella nostra cappella.

Da venerdì 12 a domenica 14 avremo il nostro consueto ritiro spirituale estivo a Vicovaro. Il tema scelto per quest'anno è "Come accelerare il progresso spirituale".

Partecipare ad un ritiro è un'esperienza appagante; la vita di tutti i giorni ci spinge sempre più lontano dai nostri propositi di coltivare la calma, la pace e l'amore. Questi giorni ci consentiranno di dedicare i nostri pensieri all'Unico Amato e con l'aiuto del nostro Maestro ci avvicineremo sempre di più alla nostra vera essenza. La pratica del silenzio favorirà la nostra interiorizzazione e concentrazione su pensieri spirituali.

L'ONU, riconoscendo l'importanza dello Yoga nella vita umana, ha istituito la Giornata Internazionale dello Yoga che si celebrerà in tutto il mondo il 21 giugno. Il Gruppo di Roma si sta già attivando con un programma ... a sorpresa! A tutti, auguriamo una buona lettura.

Il Comitato di Coordinamento

Servizi del mese



"Quando, grazie alla tua devozione, ti arrendi completamente al bene, trovi la pace"

Paramahansa Yogananda

3 mercoledì	18.30 - 20.00	Servizio di Ispirazione e Preghiera
4 giovedì	17.00 - 20.00	Meditazione libera
6 sabato	16.00 - 17.00	Studio di gruppo <i>Lez. 100: "Come e perché cercare Dio - parte 2"</i>
	17.10 - 18.30	Servizio di Meditazione
	18.40 - 19.40	Servizio di Lettura: <i>"Sintonizzare la vostra vita con l'abbondanza di Dio"</i>
7 domenica		Scuola Domenicale per i bambini
10 mercoledì	18.30 - 20.00	Servizio di Ispirazione e Preghiera
11 giovedì	17.00 - 20.00	Meditazione libera
12 ven./14 dom.		Ritiro spirituale a Vicovaro (La sede del Gruppo rimarrà chiusa)
17 mercoledì	18.30 - 20.00	Servizio di Ispirazione e Preghiera
18 giovedì	17.00 - 20.00	Meditazione libera
20 sabato		Celebrazione della Giornata Internazionale dello Yoga
24 mercoledì	18.30 - 20.00	Servizio di Ispirazione e Preghiera
25 giovedì	17.00 - 20.00	Meditazione libera
27 sabato	17.30 - 19.00	Introduzione alla meditazione yoga e agli insegnamenti di Paramahansa Yogananda
28 domenica	07.00 - 07.30	Esercizi di ricarica individuali
	07.30 - 13.00	Servizio di Meditazione

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

Luglio

25 sabato Cerimonia in onore di Mahavatar Babaji e India Night
31 venerdì Guru Purnima

Agosto

21 venerdì Meditazione di 2 ore in concomitanza Iniziazione Kriya a Los Angeles

Appuntamenti speciali di giugno

Giornata Internazionale dello Yoga

Lo scorso il 11 dicembre, l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha dichiarato il 21 giugno Giornata Internazionale dello Yoga.

Rivolgendosi all'Assemblea Generale delle Nazioni Unite, il 27 settembre 2014, il primo ministro dell'India, Mr. Narendra Modi aveva detto:

"Lo Yoga è un dono inestimabile delle antiche tradizioni dell'India. Essa incarna l'unità di mente e corpo, pensiero e azione, moderazione e appagamento, armonia tra uomo e natura, un approccio olistico alla salute e al benessere. Non si tratta di esercizio fisico, ma di scoprire il senso di unità tra se stessi, il mondo e la natura. Cambiando il nostro stile di vita e diventando consapevoli, lo yoga può aiutarci ad affrontare i cambiamenti climatici. Adottiamo ed approviamo una Giornata Internazionale dello Yoga."

L'11 dicembre la Rappresentanza Permanente dell'India ha presentato il progetto per una risoluzione generale delle Nazioni Unite. Il progetto di testo ha ricevuto l'ampio sostegno di 177 Stati membri tra cui gli Stati Uniti ed è stato approvato senza necessità di una votazione, un record nella storia dell'organizzazione. Quindi il 21 giugno 2015 sarà la prima Giornata Internazionale dello Yoga.

La Self-Realization Fellowship vi ha aderito organizzando varie attività presso tutti i gruppi del mondo.

Il nostro Maestro, nel suo commento alla Bhagavad Gita (God talks with Arjuna) dice:

"La parola yoga sta a significare il perfetto equilibrio, ovvero l'equanimità che è frutto della comunione della mente con lo Spirito. Con 'yoga' si intende anche la tecnica spirituale di meditazione che consente di raggiungere l'unione con lo Spirito, come pure ogni altra azione che porta a questa unione divina.

L'equanimità è lo stato originario dell'anima. L'uomo comune, identificandosi con il mondo, separa la propria coscienza dall'unione con lo Spirito. Il rimedio contro questa dissociazione, che è fin troppo spesso fatale, consiste nell'agire rimanendo interiormente uniti alla gioia dello Spirito. La coscienza di Dio si trova perennemente nello stato yoga di eterna equanimità, senza essere mai turbata dagli incessanti mutamenti del creato. Anche l'uomo, fatto a immagine di Dio, deve imparare a manifestare questo divino equilibrio per poter vivere e agire in questo mondo senza cadere vittima delle sue dualità".



Self-Realization Fellowship
FONDATA NEL 1920 DA PARAMAHANSA YOGANANDA

**GIORNATA INTERNAZIONALE
DELLO YOGA**

SABATO 20 GIUGNO ORE 18.00

Il Gruppo di Meditazione di Roma
della Self-Realization Fellowship
vi invita ad un incontro con conferenza,
meditazione, canti e immagini dall'India
Ospite d'onore della serata
S.E. l'Ambasciatore dell'India in Italia

presso
Nazionale Spazio Eventi
Via Palermo, 10/12 - Roma

Ingresso libero

Gruppo di Meditazione SRF di Roma
Tel.: 06 31054519
www.yogananda-roma.org

Paramahansa Yogananda (1892 - 1952)

Sabato 20 giugno presso il **Nazionale Spazio Eventi - Via Palermo 10/12 Roma** - con inizio alle **18.00**, si terrà una serata che ospiterà una conferenza, un periodo di meditazione, canti e un video sulla vita e l'opera di Paramahansa Yogananda.

Ospite d'onore della serata sarà S.E. l'Ambasciatore dell'India in Italia S.E. Shri Basant K. Gupta; profondo conoscitore delle scritture indù, l'Ambasciatore terrà la conferenza introduttiva. L'ingresso è libero ed aperto a tutti.

Domenica 21 giugno il Circolo di Meditazione di Palestrina ci ospiterà per un Servizio di Meditazione dalle 10.00 alle 13.00.

Sabato 27 giugno presso la sede del nostro Gruppo si terrà un incontro per i nuovi studenti e simpatizzanti della SRF. Il programma inizierà alle 17.30 e si protrarrà fino alle 19.00 circa, proponendo letture sullo yoga, canti devozionali e la proiezione di un video sui principi fondamentali della meditazione. Al termine ci intratterremo insieme e divideremo un rinfresco.

E' successo il mese scorso...

Gita a Cerveteri

Abbiamo avuto il piacere di fare una bellissima passeggiata nella necropoli etrusca della Banditaccia a Cerveteri.



Nello ci ha guidato come al solito dispensando molte informazioni interessanti, il resto ce lo ha raccontato Piero Angela con i suoi documentari in loco. Il sito è molto ben tenuto e le informazioni sono chiare e interessanti.



All'ora di pranzo abbiamo mangiato tutti insieme condividendo cibo e allegria! Una menzione particolare alle immancabili deliziose torte.

Dopo pranzo, leggermente "ammaccati" dal caldo e dal cibo, ci siamo diretti verso il museo di Cerveteri con passo lento e la segreta speranza che ci offrissi l'aria condizionata. Così non era! Nulla però ci avrebbe fermato e abbiamo ugualmente portato a compimento la nostra bella visita.

Per concludere questa bella giornata, alcuni irriducibili si sono diretti al borgo medievale di Ceri. Il paesino è arroccato su un roccione e circondato da mura merlate, è molto piccolo e ben tenuto e dai vari belvedere si gode di una vista meravigliosa sulla campagna circostante.

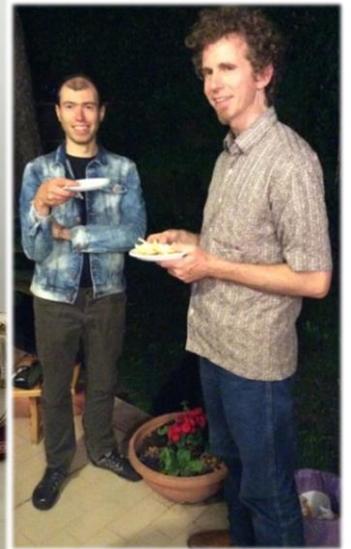
Ripresa la strada di casa ci siamo trovati nel traffico tra i gitanti della domenica, abbiamo approfittato di questo tempo insieme per chiacchierare fra noi e rinsaldare la nostra divina amicizia.



Una visita gradita



Due amici americani, una coppia di musicisti e registi da Los Angeles, sono venuti a visitare il nostro centro e condividere una piacevolissima serata. Abbiamo cantato insieme delle belle canzoni country composte da loro, ma anche Canti Cosmici intervallati da brevi periodi di meditazione.



Un devoto negli Emirati Arabi

E' con piacere che vi segnaliamo che A Dubai (Emirati Arabi Uniti) c'è un Circolo di Meditazione SRF, autorizzato dalle Autorita' locali, dove si tiene un regolare servizio di meditazione di due ore tutti i venerdi. Da quello che ci risulta è l' unico gruppo autorizzato SRF in tutto il mondo arabo-islamico; il nostro caro Raimondo lo ha visitato e ne è rimasto veramente colpito.





Meditazione a casa dei devoti



Il recentemente formato Comitato di Solidarietà ha in programma di organizzare delle meditazioni a casa dei devoti che hanno difficoltà a venire in cappella e ne fanno richiesta.

In questa occasione siamo stati ospiti di Marianne per un piacevole pomeriggio in amicizia, abbiamo meditato, cantato con il sottofondo dell'harmonium e concluso con un delizioso rinfresco!



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