

*Notiziario  
del Centro di Meditazione di Roma  
della Self-Realization Fellowship  
Marzo 2016*



*“Aprite la porta della pace e lasciate che i passi del silenzio entrino lievi nel tempio di tutte le vostre attività. Compilate tutti i doveri serenamente, ricolmi di pace. Dietro il battito del vostro cuore, sentirete il palpito della pace di Dio”.*

PARAMAHANSA YOGANANDA

Cari amici,

si sono appena conclusi due mesi ricchi di avvenimenti, la prima del film AWAKE sulla vita del nostro Maestro è stato e continua ad essere, l'evento più importante di questo periodo.

Durante l'ultima riunione generale, abbiamo eletto il nuovo Comitato di Coordinamento, i lettori e gli insegnanti della scuola domenicale. Abbiamo partecipato numerosi a questo importante evento per la vita del nostro Centro di Meditazione.

Il prossimo mese di marzo porterà di nuovo i monaci della Self-Realization Fellowship in Italia, questa volta a Milano, per un tour spirituale di quattro giorni dal 10 al 13. Li attendiamo con gioia, come sempre!

Il 21, domenica delle Palme, avremo il nostro primo ritiro spirituale di un'intera giornata dedicato esclusivamente agli studenti SRF *kriyaban*. Una grande occasione per dedicare un'intera giornata a Dio soltanto e ricaricare la nostra anima con l'inesauribile energia spirituale.

Il 28 festeggeremo la Pasqua all'alba, com'è consuetudine con una lunga meditazione, al termine della quale insieme consumeremo la colazione pasquale.

Non dimentichiamo che il 7 di questo mese ricorre il 40° anniversario del nostro Centro di Meditazione. Festeggeremo insieme questo evento il prossimo 29 maggio, in modo che la bella stagione ci consenta maggiormente l'uso del nostro bel giardino.

Il Comitato di Coordinamento

## Servizi del mese di marzo



*“L’amore di Dio è così immenso che per quanti errori possiamo aver commesso, Egli ci perdona. Se Lo amiamo con tutto il cuore, Dio cancella il nostro karma”.*

PARAMAHANSA YOGANANDA – *Self-Realization*

### 2 mercoledì

18.30 – 20.00 Servizio di Ispirazione e di Preghiera

### 5 sabato

16.00 – 17.00 Studio di Gruppo *Lez. 118: “Vibrazioni più elevate e percezioni occulte” – parte 2*

17.30 – 18.45 Servizio di Meditazione

18.50 – 19.45 Servizio di Lettura *“Risvegliate la vostra facoltà di essere felici”*

### 6 domenica

11.30 – 13.00 Incontro mensile della Scuola Domenicale per bambini

### 7 lunedì

18.00 – 19.00 Meditazione libera

19.00 – 20.00 **Cerimonia per il mahasamadhi di Paramahansa Yogananda**

### 9 mercoledì

18.00 – 19.00 Meditazione libera

19.00 – 20.00 **Cerimonia per il mahasamadhi dello Swami Sri Yukteswar**

### 12 sabato

**Lo Studio di Gruppo non si terrà**

17.30 – 18.45 Servizio di Meditazione

18.50 – 19.45 Servizio di Lettura *“Il significato di reincarnazione”*

### 13 domenica

16,35 Esercizi di ricarica guidati

17.00 – 20.00 Servizio di Meditazione guidato

### 16 mercoledì

18.30 – 20.00 Servizio di Ispirazione e di Preghiera

### 19 sabato

16.00 – 17.00 Studio di Gruppo *Lez. 119: “Cristianesimo e induismo”*

17.30 – 18.45 Servizio di Meditazione

18.50 – 19.45 Servizio di Lettura *“Fate la conoscenza di Dio”*

**20 domenica Giornata di ritiro per kriyaban**

### 23 mercoledì

18.30 – 20.00 Servizio di Ispirazione e di Preghiera

### 25 venerdì

15.00 – 18.30 Meditazione libera

18.30 – 20.00 **Servizio di Meditazione del Venerdì Santo**

**26 sabato Il Centro rimarrà chiuso**

### 27 domenica

6.30 – 9.00 **Meditazione all'alba di Pasqua**

a seguire Scambio di auguri e colazione

### 30 mercoledì

18.30 – 20.00 Servizio di Ispirazione e di Preghiera

**Giovedì 3, 10, 17, 24 e 31: meditazione libera dalle 17.00 alle 20.00**

**Sabato 5, 12 e 19 dalle 17.05 alle 17.25: Esercizi di ricarica guidati**

Gli orari indicati sono quelli dell'inizio dei servizi. La cappella apre, generalmente, mezz'ora prima.

Benvenuto e informazioni: mercoledì alle 18 e sabato dalle 19.45.

Per maggiori informazioni consultare il sito web.

## Prossimi appuntamenti speciali

### Aprile

30 sabato Servizio di Meditazione dedicato a Rajarsi Janakananda

### Maggio

7 sabato Servizio di Meditazione dedicato a Sri Mrinalini Mata

10 martedì Cerimonia per la nascita dello Swami Sri Yukteswar

29 domenica Celebrazione del 40° anniversario del Centro di Roma

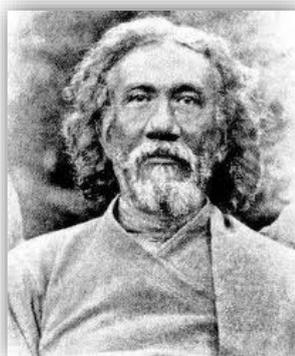
## Appuntamenti importanti di marzo



**CERIMONIA PER LA CELEBRAZIONE DEL  
MAHASAMADHI DI PARAMAHANSA YOGANANDA**  
Lunedì 7 marzo 19.00 – 20.00 (meditazione libera dalle 18.00)

*“Una volta che hai trovato il tuo guru, devi nutrire per lui una devozione incondizionata, perché egli è uno strumento di Dio. Il suo unico scopo è quello di condurre il discepolo alla realizzazione del Sé.”*

PARAMAHANSA YOGANANDA

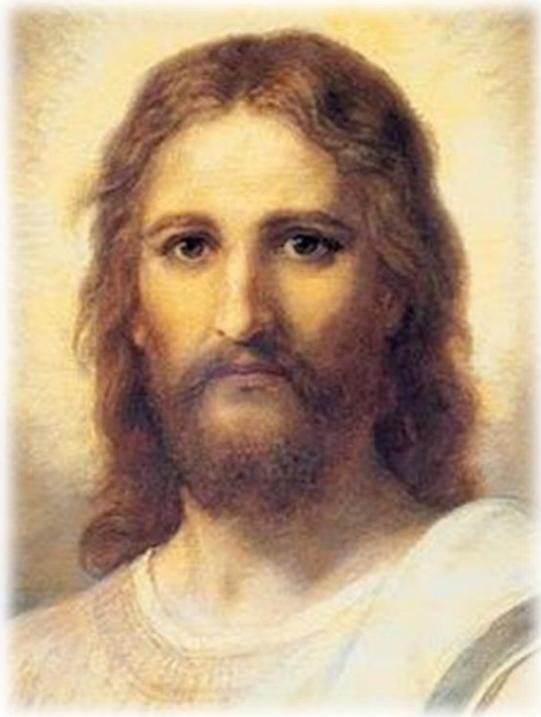


**CERIMONIA PER LA CELEBRAZIONE DEL  
MAHASAMADHI DELLO SWAMI SRI YUKTESWAR**  
Mercoledì 9 marzo 19.00 – 20.00 (meditazione libera dalle 18.00)

*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”.*

SWAMI SRI YUKTESWAR

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



## PASQUA 2016



### *Venerdì Santo – 25 marzo*

Meditazione libera dalle 15.00 alle 18.30  
Servizio di Meditazione dalle 18.30 alle 20.00

### *Sabato 26 marzo*

Il Centro rimarrà chiuso

### *Domenica di Pasqua – 27 marzo*

Meditazione all'alba dalle 6.30 alle 9.00  
(la cappella apre alle 6.00)  
*al termine scambio di auguri e colazione*

*“Scorgi il tuo Sé immortale che risorge con Cristo nella radiosa luce della Coscienza  
cristica, presente in ogni anima, in ogni fiore, in ogni atomo”.*

PARAMAHANSA YOGANANDA

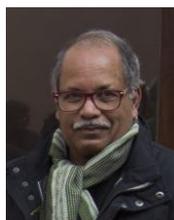
**E' successo nei mesi scorsi...**

### **CERIMONIA PER LA NASCITA DEL NOSTRO GURU**

Anche quest'anno tantissimi devoti hanno affollato la nostra cappella. Dopo una bellissima cerimonia, durante la quale un'immagine molto suggestiva del Maestro e un breve filmato tratto dai festeggiamenti di un suo compleanno nel lontano 1952 hanno toccato il cuore di tutti i presenti, abbiamo avuto modo di festeggiare tutti insieme con tante torte al limone, le preferite del nostro Guru.



## SERVIZIO IN MEMORIA DI MATTEO KARAWATT



**Mercoledì 3 febbraio** insieme a tanti amici abbiamo ricordato il nostro carissimo Matteo che ci ha lasciati lo scorso 19 gennaio. Matteo aveva molto a cuore il sentiero di Paramahansa Yogananda ed è stata una presenza importante nella vita del nostro Centro; partecipava assiduamente alle nostre attività e le sosteneva con grande entusiasmo.

Ecco alcune parole del messaggio che ci è arrivato da Casa Madre:

*“ ... tante anime sono approdate al sentiero del nostro Guru per suo tramite e questo ci ha toccato il cuore.*

*L'esperienza del distacco da un amico è sempre dolorosa. Possiamo immaginare quanto Matteo vi manchi, ma al tempo stesso siamo felici per lui e siamo certi che lo sarete anche voi, pensando che ora è libero nella Luce e tra le braccia del suo Guru.*

*Siamo con voi in questa importante occasione, per onorare la sua memoria e pregare per la sua anima in questo delicato momento di transizione nel mondo astrale. Come voi, avremo sempre Matteo nel nostro cuore”.*

## RIUNIONE GENERALE

Alla riunione del **21 febbraio** scorso hanno partecipato molti devoti.

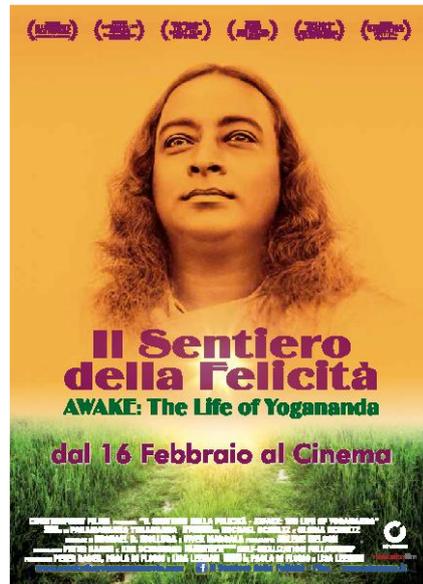
E' iniziata con l'elezione del nuovo Comitato di Coordinamento, che quest'anno sarà composto da Carmela, Stella e Ombretta. Tanti auguri a tutte loro di svolgere al meglio questo importante incarico. Abbiamo quindi eletto i lettori e gli insegnati della scuola domenicale; quest'anno visto il successo di quest'ultima iniziativa, ne abbiamo scelti nove.

Abbiamo infine parlato delle attività in programma nei prossimi mesi.

La serata si è conclusa allegramente in pizzeria.



**Pubblichiamo con piacere**



### **IL SENTIERO DELLA FELICITA': IL "NOSTRO" FILM**

Il titolo originale del docu-film, uscito negli Stati Uniti nel 2014, è AWAKE – The Life of Paramahansa Yogananda.

Tutti noi sapevamo della sua realizzazione e della sua uscita. Qualcuno, fortunato, recatosi alla Convocazione o comunque in visita alla Casa Madre, lo aveva già visto, ma i più hanno atteso con grandi aspettative il momento del suo arrivo in Italia. E le aspettative non sono andate deluse.

E' un bellissimo film, dal punto di vista sia della produzione sia del contenuto. Noi devoti del Maestro abbiamo sicuramente una predisposizione particolare nell'esprimere un'opinione favorevole, ma sono arrivati e arrivano apprezzamenti e considerazioni positive da più parti.

E a testimonianza di questo, di giorno in giorno abbiamo notizia da Cineama (la società che lo distribuisce in Italia) del prolungamento delle proiezioni e dell'aumento delle sale che ne fanno richiesta.

L'11 febbraio presso il Cinema Caravaggio c'è stata l'anteprima. Per l'occasione il nostro Centro ha diramato alcuni inviti a varie personalità nell'ambito accademico, giornalistico ed editoriale. Una decina di loro hanno accettato l'invito e tutti hanno molto apprezzato il film.

Ma l'ospite, in un certo senso "a sorpresa", è stato l'Ambasciatore dell'India in Italia, S. E. Basant K. Gupta, che ha accolto con entusiasmo l'invito come pure la richiesta di introdurre il film con un breve discorso sullo yoga (v. foto in basso). Prima di lui è intervenuto l'amministratore delegato di Cineama, il signor Terenzio Cugia di Sant'Orsola, che dopo aver presentato il film e aver condiviso alcune sue personali considerazioni, ha lasciato la parola all'Ambasciatore. Quest'ultimo ha tratteggiato i principi fondamentali dello yoga con grande trasporto ed efficacia e ha indicato in Paramahansa Yogananda il santo più importante che l'India abbia mai conosciuto. Per ascoltare il suo discorso:

<https://youtu.be/uPLeBAKQp9M>

Dal 16 febbraio il film è stato proiettato in contemporanea in più di 50 sale in tutta Italia. Contro ogni pronostico la programmazione sta ancora continuando, e le sale sono diventate più di 70 e ci sono "segni" che di questo film si continuerà a parlare molto.

La notte dello scorso 20 febbraio Il sentiero della felicità è stato recensito anche in 'Cinematografo', la trasmissione di Rai1 condotta da Gigi Marzullo. Anche qui è stato ben considerato sia dagli spettatori intervistati, sia nel complesso dalla critica, e la battuta finale del conduttore conferma l'accoglienza favorevole ricevuta.

Questo è il link per poter vedere lo stralcio della trasmissione:

<https://youtu.be/ozb7fJhhhC0>

Lunedì 22 febbraio anche il TG2 delle 18.15 ha presentato in modo entusiastico il nostro film:

<https://youtu.be/dnHOTZOF2T4>

Molte recensioni sono poi apparse sulla stampa e on-line. Ecco alcuni link fra i più significativi, che potete consultare:

<http://www.rbcasting.com/eventi/2016/02/09/il-sentiero-della-felicita-in-anteprima-al-caravaggio-il-doc-sulla-vita-di-yogananda/#sthash.mhYJtPI.dpbs>

<http://www.youmovies.it/2016/02/10/il-sentiero-della-felicita-anteprima-a-roma/>

<http://www.mymovies.it/film/2014/ilsentierodellafelicita/pubblico/?id=738338>

<http://www.mydreams.it/al-cinema-il-documentario-sulla-vita-di-paramahansa-yogananda/>

<http://ultima-ora.zazoom.it/notizia/1057188/il-sentiero-della-felicita-trailer-del-film-sul-famoso-maestro-di-yoga>

<http://www.panorama.it/cinema/sentiero-felicita-film-yogananda/>

Riportiamo infine alcuni messaggi che ci sono pervenuti:

*"Ieri sera ho avuto la gioia di vedere la proiezione del film Awake, al Cinema Farnese...è stato molto intenso e incoraggiante 'sentire' il Maestro così vivo da lasciarmi ancora oggi rinnovata nel mio legame con Lui...soprattutto con i Suoi Insegnamenti...e con dritte che ci ha lasciato..*

*E' stato meraviglioso vedere (più o meno) 200 persone (di tutte le età) nella sala che era piena più della metà ... così intente a seguire il film...magnetizzate...in un silenzio quasi meditativo e anche alla fine siamo rimasti seduti tutti in una contemplazione particolare...a guardare i titoli di coda fino alla fine...e siamo poi usciti in silenzio.*

*Pochi bisbiglii nell'andare via, ma quello che posso testimoniare è stata l'energia viva e dinamica che è continuata per tutta la serata, con le persone che erano con me, a parte mia figlia che conosce già gli insegnamenti di Guruji, gli altri 3 non avevano avuto contatto con il Maestro Yogananda, ma hanno destato un vivo interesse per quello che hanno visto e ascoltato e la serata è poi continuata su questa onda..."*

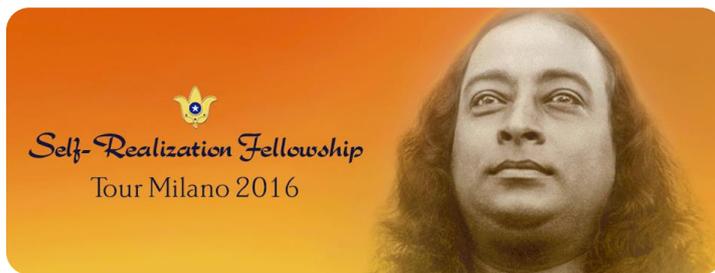
*"Vorremmo ancora ringraziarvi per il vostro invito e per averci offerto l'opportunità di vedere insieme il bellissimo film su Yogananda.*

*Un film bello, molto ben fatto ed estremamente interessante. I filmati d'epoca, in particolare, sono un documento di gran valore storico e culturale ma anche di forte impatto emotivo".*

*"Abbiamo visto sulla pagina facebook del film che le proiezioni continuano e si moltiplicano, e questa ci sembra la risposta più bella che si potesse attendere".*

*"Ieri ero a Trevignano alla proiezione del nostro film, è stato molto emozionante, in fila per strada per cercare di entrare e alla fine la sala di 150 posti completamente piena, altre 25 persone hanno potuto vedere il film in una saletta attigua. Il gestore del cinema ha prolungato la programmazione fino a mercoledì della prossima settimana. In tantissimi non aspettavamo altro....! Il messaggio del nostro Gurudeva finalmente inizierà a diffondersi anche in Italia!"*





Dal 10 al 13 marzo alcuni monaci della Self-Realization Fellowship condurranno a Milano 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 (v. locandina in basso) e una cerimonia di iniziazione spirituale al kriya yoga.

Per informazioni e prenotazioni vi invitiamo a visitare il sito dedicato <http://www.tour-srf-italia.it/> . Su Facebook: <https://www.facebook.com/events/683026855170065/>

The flyer has a red and orange patterned background. At the top, it features the Self-Realization Fellowship logo and the text "FONDATA NEL 1920 DA PARAMAHANSA YOGANANDA". The main title is "LA MEDITAZIONE: LA SCIENZA DELLA PACE E DELLA GIOIA" in bold blue letters, followed by the subtitle "Introduzione agli insegnamenti di Paramahansa Yogananda con meditazione guidata" in a smaller, italicized font. Below the text is a portrait of Paramahansa Yogananda. At the bottom, it states "PARAMAHANSA YOGANANDA (1893-1952), autore di Autobiografia di uno Yogi" in small letters, followed by the date and time "VENERDÌ 11 MARZO, ORE 21" in large bold letters, and "Ingresso libero" in italics. The location is "Hotel NH Milano Congress Centre • Strada 2a, Milanofiori - Assago (MI)" and the transport information is "Metropolitana MM2 (linea verde) fermata Assago Milanofiori Forum". The contact information is "Info: 331.289.2833 - www.tour-srf-italia.it" and there is a QR code in the bottom right corner.

## SCUOLA DOMENICALE

Gli incontri della scuola domenicale, che proseguono ormai regolarmente da settembre, vedono ormai un gruppetto consolidato di circa 7/8 ragazzini che partecipano con entusiasmo alle lezioni dei nostri bravissimi insegnanti! Durante questi appuntamenti lo svolgimento delle attività si è modellato sulla base degli stimoli che i ragazzi stessi ci hanno dato, per questo motivo il team degli insegnanti, che si riunisce con una certa regolarità, sta 'crescendo' insieme al gruppetto degli 'allievi' e ogni volta, alla fine delle lezioni, ci domandiamo con gioia chi di noi abbia appreso di più.

Molti genitori devoti hanno sperimentato cosa vuol dire crescere i propri figli in un ambiente che rimandi loro dei modelli di riferimento distanti (se non addirittura ostili!) ai principi di 'vita semplice e pensiero elevato' cui fanno riferimento gli insegnamenti del nostro Guru.

Per questo motivo stiamo cercando di dare energia alla Scuola Domenicale, proprio per cercare di creare un ambiente a misura di bambino, dove si possano respirare e vivere insieme gli altissimi ideali che ritroviamo nell'intimità del nostro Centro di meditazione.

La risposta migliore ce la stanno dando proprio i ragazzi che hanno fatto spontaneamente amicizia e usano lo spazio della Scuola Domenicale non solo per apprendere ma anche, e soprattutto, per divertirsi insieme e rilassarsi ... il giardino è testimone delle loro scorribande piene di allegria!

Quest'anno il team degli insegnanti è cresciuto di numero....a questo punto aspettiamo le nuove leve!



## La pagina dei giovani SRF

Nel mese di gennaio e febbraio i giovani del Gruppo si sono riuniti una prima volta nella sede di via Dodecaneso e una seconda volta nell'accogliente negozio di Wagih, Davide e Giada.

Nel primo incontro, il 27 gennaio, sia Emanuele che Fabio ci hanno mostrato tante belle immagini dei loro recenti viaggi: Santiago de Compostela (Emanuele) e India (Fabio). Ad accompagnare la piacevole serata è stata l'immane pizza!

Nel secondo incontro del 16 febbraio, abbiamo avuto il piacere di avere con noi Shoko dal Giappone e Marco e Annalisa da Zagarolo. Una breve e intensa meditazione ha preceduto la cena. Con l'occasione abbiamo festeggiato con due deliziose torte il compleanno di Marco e Alice.

Nel week-end dal 17 al 19 Giugno, si terrà il secondo Raduno Nazionale dei Giovani devoti SRF d'Italia a Soverato, in Calabria, in una località di mare, sole e con l'ottima cucina locale. Il nostro week-end ci vedrà insieme con tanti altri giovani amici degli altri Gruppi SRF; mediteremo e canteremo insieme, ma non mancherà il tempo per un po' di relax e per l'immane falò sulla spiaggia in notturna!

Per maggiori dettagli, consultare le informative sulla bacheca della sede a via Dodecaneso 15 o contattare Fabio (3482595415) o Martina (3343908120).



