

Liebe Freunde des Münchner Zentrums, mit diesem Programmheft möchten wir Sie zu unseren Meditationen, Gedenkfeiern und Veranstaltungen einladen. Gäste und Freunde sind uns herzlich willkommen.



„Seid innerlich stark und vertraut voll und ganz auf Gott. Dann werdet ihr über alle Hindernisse siegen, die sich euch in den Weg stellen; dann werdet ihr zu einem König des Friedens und des Glücks“

Paramahansa Yogananda  
(Spiegelbilder der Seele 2024)

Self-Realization Fellowship  
3880 San Rafael Avenue  
Los Angeles, California 90065-3219, USA  
Tel. 001-323-225-2471  
[www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)

Gemeinschaft der Selbst-Verwirklichung  
Laufamholzstr. 369, 90482 Nürnberg  
Tel: 0911-50 10 87  
Fax 0911-5 04 83 17  
[www.srf-nbg.de](http://www.srf-nbg.de)  
[info@srf-nbg.de](mailto:info@srf-nbg.de)

Konto des SRF-Ashrams Nürnberg  
Gemeinschaft der Selbst-Verwirklichung  
Postbank Nürnberg  
IBAN: DE27 7601 0085 0004 2228 57  
BIC: PBNKDEFF

Stätte der inneren Einkehr  
Haulerstr. 15  
76596 Forbach-Bermersbach  
E-Mail: [Bermersbach@srf-nbg.de](mailto:Bermersbach@srf-nbg.de)

Meditationszentrum München  
E-Mail: [koordinationsteam.srf.muc@gmail.com](mailto:koordinationsteam.srf.muc@gmail.com)  
Tatjana Lissak: 0177-7793979  
Gitta Helwig: 0163-7279771  
Marion Huber: 0179-4398024

*Meditationszentrum München  
Gemeinschaft der Selbst-Verwirklichung  
Self-Realization Fellowship*

## PROGRAMM

SEPTEMBER BIS DEZEMBER  
2024



Gemeinschaft der Selbst-Verwirklichung  
Liebherrstr. 4  
80538 München  
Tel. 089-24 29 20 99  
[www.srf-muenchen.de](http://www.srf-muenchen.de)

## Mediations- und Lesungsgottesdienst

Einlass 30 Minuten vor Beginn

### sonntags

10:00 – 10:50 Uhr Meditation  
11:00 – 12:00 Uhr Lesungsgottesdienst  
Einlass auch zwischen 10:50 – 11.00 Uhr

### mittwochs

19:00 – 21:15 Uhr Meditation und Heilgebet  
Einlass auch zwischen 20:00 – 20:10 Uhr

### 1. Mittwoch im Monat

18:00 – 18:50 Uhr Bhagavad-Gita-Lesekreis

### freitags

18:00 – 21:00 Uhr Meditation und Heilgebet  
Einlass auch zu jeder vollen Stunde

### 3. Freitag im Monat

18:00 – 21:00 Uhr Kirtan  
Einlass auch zu jeder vollen Stunde

### 1. Samstag im Monat

14:00 – 20:00 Uhr 6-stündige Meditation  
17:00 – 17:20 Uhr Pause

Es besteht die Möglichkeit während der Pause zum 2. Teil der Meditation zu kommen.

Möglichkeit für individuelle Aufladeübungen:  
30 Minuten vor Beginn jeder Meditation im UG

## Gedenkfeiern und Gedenkmeditation

Einlass 30 Minuten vor Beginn

**Freitag 27. Sept.** Lahiri Mahasaya  
19:00 – 21:00 Uhr Mahasamadhi-Gedenkfeier

**Mittwoch 02. Okt.** Lahiri Mahasaya  
19:00 – 21:00 Uhr Geburtstag-Gedenkfeier

**Freitag 04. Okt.** Lahiri Mahasaya  
18:00 – 21:00 Uhr Gedenkmeditation

Als Zeichen Ihrer Hingabe an Gott und die SRF-Gurus können Sie zu den Gedenkfeiern eine oder mehrere Blumen mitbringen.  
Kuverts für Spenden werden bereitgestellt

### Advents- und Weihnachtsmeditationen

**Sonntag 01. Dez.** Adventsmeditation  
08:00 – 09:45 Uhr

**Sonntag 08. Dez.** Adventsmeditation  
08:00 – 09:45 Uhr

**Sonntag 15. Dez.** Adventsmeditation  
08:00 – 09:45 Uhr

**Sonntag 22. Dez.** Weihnachtmeditation  
10:00 – 17:00 Uhr

**Dienstag 24. Dez.** Heiligabendmeditation  
14:00 – 16:00 Uhr

## Weitere Veranstaltungen

**Sonntag 22. Sept.** Allgemeine  
ab 12.00 Uhr Mitgliederversammlung

**Samstag 28. Sept.** Besuch in Bachham  
(Kirtan und Picknick)

**Samstag 12. Okt.** Herbstausflug

**Sonntag 10. Nov.** Tag des Dienens  
ab 12.00 Uhr

**Samstag 16. Nov.** 20 Jahre Münchner  
ab 14.00 Uhr Zentrum

**Samstag 30. Nov.** Weihnachtsdekoration  
ab 10.00 Uhr der Gruppenräume

\*\*\*\*\*

### Vorschau 2025:

**Sonntag 05. Januar**  
Paramahansa Yogananda  
Geburtstagsgedenkfeier

\*\*\*\*\*

Kurzfristige Änderungen im Programm  
finden sie auf

[www.srf-muenchen.de](http://www.srf-muenchen.de)

Eine internationale Übersicht aller  
Veranstaltungen finden sie auf  
[www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)

Ihrer Spende ist stets Willkommen  
Konto des Mediationszentrum München  
Gemeinschaft der Selbst-Verwirklichung  
Postbank Nürnberg: IBAN: DE55 7601 0085 0004 1898 58