

Liebe Freunde des Münchner Zentrums,

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



*„Ruft euch jeden Morgen in Erinnerung,  
dass ihr Gottes Kinder seid, dass ihr – ganz  
gleich, was für Schwierigkeiten sich euch in  
den Weg stellen – die Kraft habt, sie zu  
überwinden. Ihr seid die Erben der  
kosmischen Kraft des GEISTES, ihr seid  
gefährlicher als jede Gefahr!“*

*Paramahansa Yogananda*

Self-Realization Fellowship  
3880 San Rafael Avenue  
Los Angeles, California 90065,  
USA Tel. 001- 323 - 225 - 2471  
Fax 001- 323 - 225 - 5088  
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  
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  
Haulerstrasse 15  
76596 Forbach-Bermersbach  
Tel. 07228 - 968 969  
Fax 07228 - 968 9990  
E-Mail: Bermersbach@srf-nbg.de

Meditationszentrum München  
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

JANUAR BIS APRIL

2025



Gemeinschaft der  
Selbst-Verwirklichung  
Liebherrstr. 4  
80538 München  
www.srf-muenchen.de

**Meditations-  
und Lesungsgottesdienste**  
*Einlass eine halbe Stunde vor Beginn*

**Sonntags**

10:00 – 10:50 Uhr Meditation  
11:00 – 12:00 Uhr Lesungsgottesdienst

*Es besteht die Möglichkeit, zwischen 10:50 Uhr und 11:00 Uhr zum Lesungsgottesdienst zu kommen.*

**Mittwochs**

18:00 – 20:15 Uhr Meditation und Heilgebet

*Einlass auch zwischen 19:00 und 19:10 Uhr.*

**1. Mittwoch im Monat**

18:00 – 18:30 Uhr Bhagavad-Gita-Lesekreis

**Freitags**

18:00 – 21:00 Uhr Meditation und Heilgebet

*Einlass auch 10 Minuten nach einer beginnenden Stunde.*

**3. Freitag im Monat**

18:00 – 21:00 Uhr Kirtan

*Einlass auch 10 Minuten nach einer beginnenden Stunde.*

**1. Samstag im Monat**

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

*Die ersten 3 Stunden sind eine geführte Meditation. 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 Untergeschoss*

**Gedenkfeier  
und Gedenkmeditationen**  
*Einlass eine halbe Stunde vor Beginn*

**Sonntag 05. Januar** Paramahansa Yogananda  
10:00 – 12:00 Uhr Geburtstags-Gedenkfeier

**Samstag 11. Januar** Paramahansa Yogananda  
14:00 – 20:00 Uhr Gedenkmeditation

**Freitag 07. März** Paramahansa Yogananda  
19:00 – 21:00 Uhr Mahasamadi-Gedenkfeier

**Sonntag 09. März** Swami Sri Yukteswar  
10:00 – 12:00 Uhr Mahasamadi-Gedenkfeier

**Mittwoch 12. März** Paramahansa Yogananda  
18:00 – 20:00 Uhr & Swami Sri Yukteswar  
Gedenkmeditation

**Ostern**

**Freitag, 18. April** Karfreitagsmeditation  
14.00 – 18.00 Uhr

**Sonntag, 19. April** Ostermeditation  
06:00 – 09:50 Uhr (Einlass jede volle Stunde)

10:00 – 12:00 Uhr Ostergottesdienst  
\* \* \*

*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.*

**Weitere Veranstaltungen**

**Sonntag, 09. Februar** Allgemeine  
ab 12:30 Uhr Mitgliederversammlung

**Sonntag, 23. Februar** Gruppenwahl  
ab 12:30 Uhr

**Sonntag, 02. März** Tag des Dienens  
ab 12.30 Uhr

**Samstag, 22. März** Tag des Dienens  
ab 10.00 Uhr

**Ostersonntag**  
ab 12.00 Uhr Osterbrunch

**Kurzfristige Änderungen im  
Programm**  
[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)  
\* \* \*

Ihre Spende ist stets willkommen.

Konto des Meditationszentrum München  
Gemeinschaft der Selbst-Verwirklichung  
Postbank Nürnberg  
IBAN: DE55 7601 0085 0004 1898  
58 BIC: PBNKDEFF