



Fundada em 1920 por Paramahansa Yogananda



*The Spiritual Legacy of  
Paramahansa Yogananda*

## **Círculo de Meditação do Porto**

### **Programa de Atividades - Junho de 2023**

**Dia 1**, 5.a Feira, das 20:00 às 21:00 - Serviço de Meditação

**Dia 4**, Domingo, das 9:30 às 12:30 – Serviço de Meditação Longa

Inclui Exercícios de Energização, períodos de Meditação intercalados com Leituras inspiradoras e Cânticos Cósmicos | 1ª parte das 10:00 às 11:00 | intervalo das 11:00 às 11:10 [sugere-se a prática do silêncio] | 2ª parte das 11:10 às 12:30

**Dia 8**, 5.a Feira, das 20:00 às 21:00 - Serviço de Meditação

**Dia 11**, Domingo, das 9:30 às 12:30 – Serviço de Meditação Longa

Inclui Exercícios de Energização, períodos de Meditação intercalados com Leituras inspiradoras e Cânticos Cósmicos | 1ª parte das 10:00 às 11:00 | intervalo das 11:00 às 11:10 [sugere-se a prática do silêncio] | 2ª parte das 11:10 às 12:30

**Dia 15**, 5.a Feira, das 20:00 às 21:00 - Serviço de Meditação

**Dia 18**, Domingo, das 9:30 às 12:30 – Serviço de Meditação Longa

Inclui Exercícios de Energização, períodos de Meditação intercalados com Leituras inspiradoras e Cânticos Cósmicos | 1ª parte das 10:00 às 11:00 | intervalo das 11:00 às 11:10 [sugere-se a prática do silêncio] | 2ª parte das 11:10 às 12:30

**Dia 22**, 5.a Feira, das 19:00 às 20:00 - Serviço de Meditação

**Dia 25**, Domingo, das 9:30 às 12:30 – Serviço de Meditação Longa

Inclui Exercícios de Energização, períodos de Meditação intercalados com Leituras inspiradoras e Cânticos Cósmicos | 1ª parte das 10:00 às 11:00 | intervalo das 11:00 às 11:10 [sugere-se a prática do silêncio] | 2ª parte das 11:10 às 12:30



*“Oferecer amor a todos, sentir o amor de Deus, ver a presença Dele em cada um e ter apenas um desejo — o desejo de Sua constante presença no templo da consciência — este é o modo de viver neste mundo.”*

*Paramahansa Yogananda*



**Círculo de Meditação do Porto**

Website: <http://porto.yogananda-srfportugal.pt>

Instagram: [@srfporto\\_yogananda](https://www.instagram.com/srfporto_yogananda)

E-mail: [circulo.srf.porto@gmail.com](mailto:circulo.srf.porto@gmail.com)

Rua Capitão Salgueiro Maia, 358, Sala 6  
Vilar de Andorinho,  
Vila Nova de Gaia  
Portugal