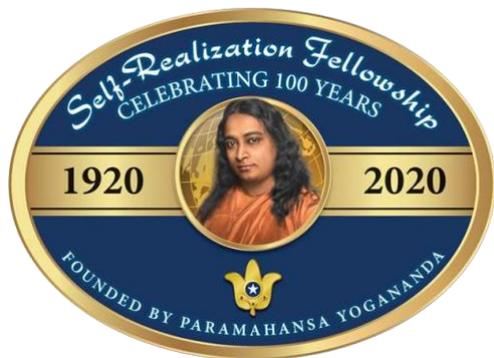


Notiziario del Centro di Meditazione di Roma della *Self-Realization Fellowship* ottobre – novembre – dicembre 2020



“L’unica cosa che contribuirà a eliminare le sofferenze dal mondo è la meditazione, e il tentativo di trasmettere al nostro prossimo la consapevolezza della presenza di Dio che percepiamo dentro di noi”.

--Paramahansa Yogananda

Cari amici,

è un momento davvero emozionante poter condividere nuovamente progetti insieme per il futuro!

Il nostro notiziario, infatti, negli anni si è evoluto da contenitore di avvenimenti passati su cui tornare a riflettere in un utile strumento che ci propone gli appuntamenti a cui potremo partecipare. Proprio per questa sua caratteristica nei mesi scorsi, con il blocco Covid e le incertezze sulla possibilità di incontrarci, ne abbiamo dovuto interrompere la pubblicazione. Tutte le attività potranno comunque subire delle variazioni per poter praticare sempre in sicurezza. Per questo motivo la consueta riunione generale di novembre è sospesa a data da definire.

Ma nonostante le difficoltà non siano del tutto solamente un ricordo passato, adesso possiamo preparare insieme nuovi e vecchi progetti. Nuovi programmi come gli incontri nello spazio Teenagers e vecchie riunioni come le meditazioni natalizie che ogni anno ci regalano nuove emozioni.

Con questa gioia nel cuore il nostro pensiero non può che volare ai piedi del Guru. Si è preso cura di noi attraverso tutte le iniziative di Casa Madre che ci hanno nutrito amorevolmente in questi lunghi mesi. Le molteplici conferenze di ispirazione, i servizi di meditazione in italiano, la bellissima convocazione mondiale online, sono stati momenti importanti per continuare insieme il nostro percorso spirituale.

Ai monaci e alle monache che lo servono, a tutti i volontari che hanno contribuito con il loro lavoro a rendere possibili gli incontri online, vanno il nostro affetto e il nostro ringraziamento più profondo. Con loro e con i Maestri ci vogliamo unire per creare un’immensa rete di preghiere per diffondere il nostro amore e la nostra volontà di aiuto e guarigione all’umanità intera.

Buona lettura.

Il Comitato di Coordinamento

Programma degli incontri speciali

Vi invitiamo a consultare sempre il nostro sito yogananda-roma.org per eventuali aggiornamenti in merito. Inoltre, sulla pagina <https://www.yogananda-roma.org/pages/servizi-attivita/Incontri-mese> trovate il programma completo di tutti i servizi e gli incontri del mese.

Novembre

- | | |
|---------------------|--|
| mercoledì 4 | Servizio dedicato ai cari scomparsi |
| mercoledì 11 | Servizio di Meditazione per la festa del <i>Diwali</i> |

Dicembre

- | | |
|----------------------|--|
| ven. 4/dom. 6 | Ritiro spirituale di due giorni a Vicovaro |
| domenica 13 | Meditazione in preparazione del Natale |
| sabato 19 | Meditazione di Natale |
| domenica 20 | Meditazione di Natale |
| mercoledì 23 | Meditazione in sintonia con la Meditazione di Natale tenuta presso la Casa Madre |
| sabato 26 | Festa di Natale |
| giovedì 31 | Meditazione di Fine Anno |

Attività a cadenza mensile

Scuola Domenicale per bambini e Spazio teenagers

Anche quest'anno avremo l'occasione di ritrovarci con i giovanissimi negli spazi della cappella.

Le attività rivolte ai ragazzi hanno come obiettivo principale gli insegnamenti del nostro Maestro Paramahansa Yogananda ma anche l'obiettivo di ritrovarsi in un'atmosfera conviviale dove poter accrescere la nostra amicizia spirituale.

L'appuntamento di dicembre si terrà il 13. Apertura della cappella alle 11.00 e fine delle attività alle 15,30. Non essendo possibile prevedere l'afflusso dei devoti questi incontri sono da confermare sempre attraverso una prenotazione (Marcella 347 178 8553) lasciando un messaggio WhatsApp o SMS. Quindi se avete la possibilità di portare bambini e ragazzi (dai 6 fino a 18 anni di età) non perdetevi queste occasioni speciali costruite apposta per loro.



Incontri del Gruppo Giovani della Srf

Gli incontri del Gruppo giovani di Roma si tengono generalmente il primo lunedì di ogni mese, dalle 19.30 alle 20.30. Sono rivolti a coloro che non hanno compiuto i 40 anni di età. L'incontro è seguito dalla proiezione di un video e da una cena. I prossimi appuntamenti sono il **2 novembre** e il **7 dicembre**.

Per informazioni scrivere a martina.santangelo@fleetsupport.it



Vi ricordiamo che gli incontri presso l'ambasciata dell'India e i ritiri spirituali di un giorno sono attualmente sospesi.

Altre informazioni e iniziative

Protocollo della riapertura dei Centri SRF in Italia

In sintonia con il Center Department della Casa Madre di Los Angeles, trasmettiamo il [protocollo per la riapertura dei Centri](#) e Gruppi SRF. In sintesi, verrà misurata la temperatura all'arrivo in cappella, bisognerà sanificare le mani, farsi registrare e indossare la mascherina sin dall'arrivo. I posti a sedere con il distanziamento sono evidenziati da un adesivo bianco sullo schienale, sia nella parte posteriore che anteriore. Naturalmente confidiamo nel buon senso di astenersi dal partecipare ai servizi nel caso non si sia in buona salute (febbre, raffreddore, tosse ecc.).

Ritiri spirituali di un fine settimana

Il Ritiro Spirituale **dal 4 al 6 dicembre** presso l'Oasi Francescana di Vicovaro è aperto a tutti gli iscritti alla SRF, ma viene data priorità di iscrizione ai devoti che frequentano il Centro di Roma. Il ritiro prevede un periodo di silenzio che inizia con la Meditazione all'alba di sabato 5 e termina con il Servizio di Lettura di domenica 6 dicembre. I posti sono limitati a 30 partecipanti.



Centro di Meditazione online

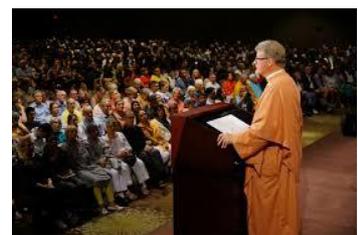
Ci sono molti benefici, tangibili e intangibili, nel frequentare fisicamente un tempio, un centro o un gruppo di meditazione della Self-Realization Fellowship, e i monaci SRF incoraggiano tutti a partecipare di persona quando possibile. Tuttavia, ora tutti i devoti, indipendentemente dalla loro posizione o dalle loro circostanze, hanno l'opportunità di unirsi in comunione spirituale con altre anime in cerca della verità, per la meditazione di gruppo e lo studio spirituale, nel Centro di Meditazione Online della SRF. Il seguente link vi porterà direttamente al portale dove troverete gli orari italiani delle meditazioni e le indicazioni sulla lingua in cui verrà svolto il servizio <https://it.srfonlinemeditation.org/calendar/>



Inoltre, per chi conosce l'inglese, il sito permette di seguire i gruppi di studio online, che offrono l'opportunità di beneficiare degli insegnamenti del nostro Guru sulla Bhagavad Gita (*Dio parla con Arjuna*) e sugli insegnamenti di Gesù nei Vangeli (*La Seconda Venuta di Cristo: La Resurrezione di Cristo Dentro di Voi*).

Tour SRF nel mondo

Gli incontri con i monaci SRF in giro per il mondo e che prevedono l'iniziazione al Kriya sono ancora cancellati. In Italia, come molti di voi già sanno, i monaci della Self-Realization Fellowship avrebbero dovuto visitare Palermo nel novembre di quest'anno. Tuttavia, a seguito della pandemia è stato deciso di rimandare la visita dei monaci dal 30 settembre al 3 ottobre 2021. Nel seguente link troverete altre informazioni a riguardo. <https://yogananda-srf-italia.com/eventi/tour-dei-monaci>



Volontariato

Il Centro SRF di Roma è sempre grato ai volontari che si adoperano per il buon andamento delle tante attività proposte. Se volete offrire il vostro aiuto o avere informazioni al riguardo non esitate a contattarci al numero 06/31054519 o scrivendo a: centrodiroma@yogananda-roma.org



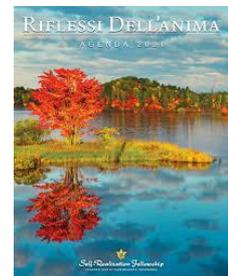
Programma per il Natale

Come di consueto, il programma Natalizio sarà ricco di appuntamenti devozionali come la Meditazione in preparazione del Natale (domenica 13 dicembre 16.00-20.00), la Lunga Meditazione di Natale (sabato 19 e domenica 20 dicembre 10.00– 18.00), la Meditazione in sintonia con la Meditazione di Natale alla Casa Madre della SRF (mercoledì 23 dicembre 18.00– 20.00), la Meditazione di Fine d'Anno (sabato 31 dicembre 18.00– 19.30) e, nello spirito della fellowship, la Festa di Natale (lunedì 26 dicembre 17.00). Per il programma dettagliato si rimanda al sito web www.yogananda-roma.org



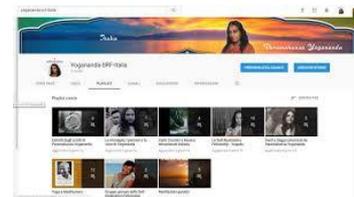
Prenotazioni agende e calendari

Come ogni anno ritorna la pubblicazione delle agende e dei calendari SRF. Potete ordinare la vostra copia e quelle per i vostri amici alla mail del Centro centrodiroma@yogananda-roma.org, o in sala esposizione entro il 21 novembre 2020. A dicembre sarà possibile ritirarle direttamente in sala esposizione. Il prezzo è di 14.00 euro a copia e se non diversamente specificato l'edizione sarà in italiano. Se si fosse interessati ad altri articoli in vendita sul sito <https://www.atmaspirit.com> è possibile ordinarli nella stessa modalità.



Un canale YouTube dedicato agli insegnamenti di Paramahansa Yogananda

Per i devoti del nostro Maestro e per tutti coloro che traggono ispirazione dalle sue parole è stato creato il canale YouTube **Yogananda-SRF-Italia**. Contiene molti filmati che riguardano Paramahansa Yogananda, i suoi scritti e le sue parole, la SRF, il mondo dello Yoga in generale e molto altro ancora. Per una migliore consultazione il materiale è suddiviso per argomento in varie playlist che saranno nel tempo arricchite e ampliate. Questo è il link per accedervi: <https://www.youtube.com/channel/UCrERqvki5McpLK-ZrDFgR3g>



Circoli della SRF nel Lazio

Aprilia

Via Antonio Meucci, 72

yogananda.srf.aprilia@gmail.com

 Yogananda-SRF-Italia (Aprilia)

Frosinone

simona.chines@tiscali.it

 Yogananda-SRF-Italia (Frosinone)

Grottaferrata

Via Bartolomeo Gosio, 1

yogananda.srf.grottaferrata@gmail.com

 Yogananda-SRF-Italia (Grottaferrata)

Latina

Corso G. Matteotti, 126

yogananda.srf.latina@gmail.com

 Yogananda-SRF-Italia (Latina)

Ostia Antica

p.bucci@consob.it

 Yogananda-SRF-Italia (Ostia)

Palestrina

Via Prato Bini, 7

yogananda.srf.palestrina@gmail.com

 Yogananda-SRF-Italia (Palestrina)

Roma (quartiere Tor di Quinto)

Via Tuscia, 61

yogananda.srf.romatordiquinto@gmail.com

 Yogananda-SRF-Italia (Tor di Quinto)

Sacrofano

Via Pozzalone, 12

yogananda-sacrofano@hotmail.com

 Yogananda-SRF-Italia (Sacrofano)

Viterbo

Via delle Monache, 1

yogananda.srf.viterbo@gmail.com

 Yogananda-SRF-Italia (Viterbo)

Lezioni riassuntive in italiano e SRF Lessons

Se si desidera studiare le *Lezioni SRF* disponibili al momento in italiano si può procedere attraverso <https://bit.ly/3oBqd8E>; si può scegliere di scaricare la domanda di iscrizione oppure fare la richiesta online. Se invece vogliamo abbonarci alle *SRF Lessons* in inglese possiamo visitare il sito <https://yogananda.org/lessons>. Le *Lezioni*, sia in italiano sia in inglese, danno istruzioni dettagliate sulle tecniche di Raja Yoga di meditazione, concentrazione e ricarica, incluso il Kriya Yoga.



Notizie dai siti web della SRF e YSS

In occasione della pubblicazione delle nuove *Lezioni SRF*, sono stati rinnovati i siti web della *Self-Realization Fellowship* e della *Yogoda Satsanga Society of India*. Ciò nonostante, il precedente sito web, disponibile sia in inglese che in varie lingue fra cui l'italiano, è comunque online. Alcuni dei link elencati qui di seguito, quindi, conducono a pagine in cui è possibile scegliere se visitare il vecchio o il nuovo sito.



Per conoscere la missione di Paramahansa Yogananda e della SRF

(sito in lingua italiana): <https://www.yogananda-srf.org/Default.aspx?langtype=1040>

Per avere informazioni sulle attività della SRF in Italia: <http://www.yogananda-srf-italia.com/>

Per il programma dei ritiri SRF nel mondo: <https://bit.ly/384ik5Z>

Per scaricare il modulo per la richiesta delle *Lezioni riassuntive* in italiano e altri supporti SRF:

- [Modulo per la richiesta delle Lezioni riassuntive](#)
- [Cos'è la Srf?](#)
- [Catalogo delle pubblicazioni in italiano](#)
- [Opuscolo del Circolo Mondiale di Preghiera](#)

Per informazioni sulle *Lezioni SRF* in inglese e sull'iniziazione al Kriya Yoga:

http://www.yogananda-srf.org/PY_SRF_Lessons_for_Home_Study.aspx#.XCbBYjBKgdU

Per ricevere la SRF Newsletter inserire il proprio indirizzo e-mail su [questo modulo](#).

Per essere aggiornati sulle attività della YSS (Yogoda Satsanga Society — SRF in India): <http://www.ysofindia.org>

Per iscriversi alla e-Newsletter della Yogoda Satsanga Society:

<https://ysofindia.org/contents/sign-up-for-yss-eneews-digital-mailings>