

# Notiziario del Centro di Meditazione di Roma della *Self-Realization Fellowship* gennaio – febbraio – marzo 2021



*“Fai del tuo meglio, mantenendoti obiettivo e distaccato. Presta attenzione agli insegnamenti che la vita ti offre, perché contengono le lezioni che devi imparare”.*

*--Paramahansa Yogananda*

Cari amici,

Il Natale appena trascorso ci ha visti insieme a meditare nel nostro bel Centro di Roma. Siamo stati davvero fortunati che, nonostante tutti i problemi legati all'attuale situazione sanitaria, il nostro amorevole Guru ci abbia concesso di riunirci per un tempo così lungo e nel luogo più adatto.

Pur dovendo rinunciare alla cerimonia per la nascita di Paramahansa Yogananda, con le candeline e la splendida torta che ogni anno gli offriamo, e alla meditazione in suo onore, avremo l'opportunità di continuare a vederci per gli usuali appuntamenti del mercoledì e del sabato per tutto il periodo invernale.

Una grande novità di quest'anno consiste nel modo in cui terremo la nostra riunione generale con relative elezioni per il coordinamento, i lettori e gli insegnanti della Scuola Domenicale. All'interno del notiziario troverete altre informazioni. Quindi tenetevi pronti a servire e lasciatevi libera domenica 28 febbraio!

Per marzo vorremmo mantenere il ritiro di un giorno. Un momento di silenzio e introspezione che sicuramente ci aiuterà ad entrare in sintonia con la rinnovata vitalità della primavera.

Auguriamo a tutti un sereno 2021 nella gioia della meditazione.

Il Comitato di Coordinamento

## Programma degli incontri speciali

Vi invitiamo a consultare **sempre** il nostro sito [yogananda-roma.org](http://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.

### *Gennaio*

**mercoledì 27** Servizio dedicato a Sri Daya Mata

### *Febbraio*

**domenica 28** Riunione generale del Centro per le elezioni

### *Marzo*

**domenica 7** Cerimonia per il *mahasamadhi* di Paramahansa Yogananda

**martedì 9** Cerimonia per il *mahasamadhi* dello swami Sri Yukteswar

## Attività a cadenza regolare

### 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.

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. Prossimi appuntamenti:

- **14 marzo**
- **6 giugno**



### 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 l'**11 gennaio** e il **1° febbraio** e **1° marzo**. Per informazioni scrivere a [martina.santangelo@fleetsupport.it](mailto:martina.santangelo@fleetsupport.it)



## Altre informazioni e iniziative

### Elezioni

Il 28 febbraio terremo le votazioni per eleggere il nuovo coordinamento, i nuovi lettori e gli insegnanti della Scuola Domenicale. Nessuna novità in questo, ma quest'anno non potendo fare un incontro dal vivo sarà tutto virtuale. Qualche giorno prima riceverete una mail dal Centro con il link per collegarvi a Zoom e partecipare all'incontro, e metteremo a disposizione una mail apposita per poter votare i candidati che preferite. Visto l'esiguo numero delle persone che sono disposte a servire al Centro vi preghiamo di farvi avanti e mandare la vostra candidatura per gli incarichi, soprattutto per servire come componenti del Comitato di coordinamento. Per potervi candidare troverete le liste all'ingresso del Centro, oppure potete scrivere alla mail del Centro di Roma: [centrodiroma@yogananda-roma.org](mailto:centrodiroma@yogananda-roma.org)

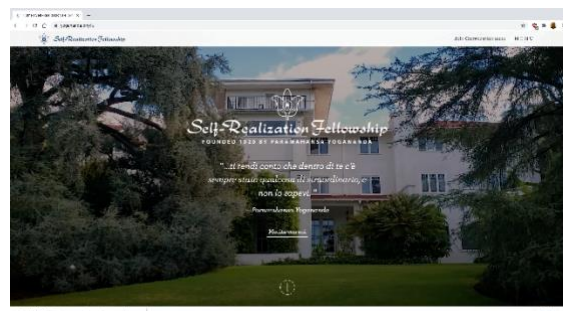
### Nuovo sito web della SRF in italiano

Siamo felici di inoltrarvi la seguente comunicazione dalla Casa Madre della Self-Realization Fellowship riguardo il nuovo sito web della SRF adesso disponibile in italiano:

*Caro amico,  
siamo lieti di informarti che abbiamo recentemente lanciato le nuove versioni del nostro sito web in italiano, portoghese e spagnolo a un nuovo indirizzo: [yogananda.org](http://yogananda.org). Ottimizzato per l'uso con dispositivi mobili e caratterizzato da un aspetto più moderno e da una navigazione semplificata, il nuovo sito web rende più facile che mai accedere alla ricca fonte di ispirazione che troviamo in Paramahansaji e nei suoi discepoli più evoluti. Troverai anche interessanti istruzioni sui principi base della meditazione, una raccolta sempre in espansione di meditazioni guidate e un blog con articoli di ispirazione e notizie della SRF. Ti invitiamo a esplorare il nuovo sito oggi. Il tuo browser dovrebbe selezionare automaticamente la lingua di tua scelta. Oppure potrai farlo manualmente dal menu principale del nostro sito.*

*Possa questa iniziativa, così come le altre offerte online dalla SRF, aiutarti ad assimilare sempre più profondamente la saggezza, nutrimento dell'anima, racchiusa negli insegnamenti di Paramahansaji.*

*In divina amicizia,  
Self-Realization Fellowship*



## 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 svolta 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*).

## Volontariato

---

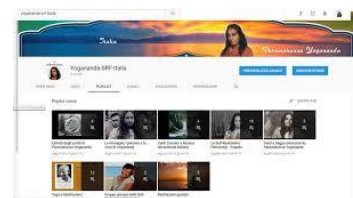
Il Centro SRF di Roma è sempre grato ai volontari che si adoperano per il buon andamento delle tante attività proposte. Se volete offrire il vostro aiuto o avere informazioni al riguardo non esitate a contattarci al numero 06/31054519 o scrivendo a: [centrodiroma@yogananda-roma.org](mailto:centrodiroma@yogananda-roma.org)



## 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](mailto:yogananda.srf.aprilia@gmail.com)

 Yogananda-SRF-Italia (Aprilia)

### **Frosinone**


[simona.chines@tiscali.it](mailto:simona.chines@tiscali.it)

 Yogananda-SRF-Italia (Frosinone)

### **Grottaferrata**

Via Bartolomeo Gosio, 1

[yogananda.srf.grottaferrata@gmail.com](mailto:yogananda.srf.grottaferrata@gmail.com)

 Yogananda-SRF-Italia (Grottaferrata)

### **Latina**

Corso G. Matteotti, 126

[yogananda.srf.latina@gmail.com](mailto:yogananda.srf.latina@gmail.com)

 Yogananda-SRF-Italia (Latina)

### **Ostia Antica**

[p.bucci@consob.it](mailto:p.bucci@consob.it)

 Yogananda-SRF-Italia (Ostia)

### **Palestrina**

Via Prato Bini, 7

[yogananda.srf.palestrina@gmail.com](mailto:yogananda.srf.palestrina@gmail.com)

 Yogananda-SRF-Italia (Palestrina)

### **Roma (quartiere Tor di Quinto)**

Via Tuscia, 61

[yogananda.srf.romatordiquinto@gmail.com](mailto:yogananda.srf.romatordiquinto@gmail.com)

 Yogananda-SRF-Italia (Tor di Quinto)

### **Sacrofano**

Via Pozzalone, 12

[yogananda-sacrofano@hotmail.com](mailto:yogananda-sacrofano@hotmail.com)

 Yogananda-SRF-Italia (Sacrofano)

### **Viterbo**

Via delle Monache, 1

[yogananda.srf.viterbo@gmail.com](mailto:yogananda.srf.viterbo@gmail.com)

 Yogananda-SRF-Italia (Viterbo)

## Lezioni in italiano

Le lezioni della Self-Realization Fellowship, nella loro nuova versione sono disponibili sul sito <https://yogananda.org>. Le *Lezioni* sono gli unici lavori pubblicati da Paramahansa Yogananda che danno istruzioni dettagliate delle tecniche di Raja Yoga di meditazione, concentrazione e ricarica, incluso il Kriya Yoga. Lezioni davvero importanti per il nostro sviluppo personale.



## 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](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.yssofindia.org>

Per iscriversi alla e-Newsletter della Yogoda Satsanga Society:

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