

## OTTOBRE

**Sabato 12** – A partire dalle 14,00, incontro a Milano con il presidente della SRF Brother Chidananda, presso NH Milano Congress Center.

**Domenica 20** – alle 11,15 proiezione di un DVD doppiato in italiano

**Sabato 26** – **Ritiro Spirituale** al Centro, dalle 9,00 alle 15,00 (intervallo di 30 minuti alle 12,00). Seguirà programma dettagliato

**Domenica 27** – Alle 11,15 Riunione Generale del nostro Centro

## NOVEMBRE

**Sabato 9** – **Meditazione con kirtan** condotto dal Gruppo Giovani (con alcuni canti eseguiti in lingua inglese)

**Domenica 10** – Alle 11,15 proiezione di un DVD doppiato in italiano

**Sabato 16** – **Incontro Sociale** dalle 09,00 alle 16,00 (meditazione, pulizie, pranzo condiviso e *fellowship*). Seguirà programma dettagliato.

**Venerdì 22, Sabato 23, Domenica 24** – **Ritiro spirituale** a Rivalba (TO). Argomento: "God talks with Arjuna" (lettura di alcuni brani tratti dal commentario di Paramahansa Yogananda alla Bhagavad Gita). Seguirà il programma dettagliato.

## DICEMBRE

**Domenica 8** – Alle 11,15 allestimento in Cappella dell'albero di Natale

**Sabato 14** – **Meditazione di Natale** di 8 ore (dalle 9,00 alle 17,00, con 30 minuti di intervallo alle 13,00). Vedere le istruzioni della Casa Madre, che saranno collocate nella bussola e in bacheca. Porteremo un frutto.

**Domenica 15** – Alle 11,15 proiezione di un DVD doppiato in italiano

**Giovedì 26** – Dalle 18,30 **Cena di Natale**. Evento aperto ai devoti, parenti e amici con scambio di doni, cenetta vegetariana e socializzazione. Tutti i piatti saranno in condivisione. È richiesta l'adesione entro domenica 22 dicembre; per info contattare Stefano o Patrizia

**Martedì 31** – Meditazione di Capodanno, dalle 22,00 alle 00,30.

## Brother Chidananda

Presidente e guida spirituale della SRF/YSS

visiterà per la prima volta l'Italia per incontrare i devoti e tenere un *satsanga*.

Tutti i membri e i devoti della SRF sono invitati a partecipare all'incontro.

**Sabato 12 ottobre 2019, ore 14,00**

NH MILANO CONGRESS CENTER  
Strada 2a, 20090 Assago (MI)

## SUNDAY SCHOOL

Le attività della Sunday School sono aperte a tutti i bimbi (dai 5 ai 12 anni) figli o parenti di devoti SRF.

Si svolgeranno nelle domeniche:  
20 OTTOBRE – 10 NOVEMBRE – 8 DICEMBRE

## GRUPPO GIOVANI SRF

Gli incontri mensili al centro di Torino avranno luogo i seguenti sabati:  
26 OTTOBRE – 30 NOVEMBRE – 21 DICEMBRE

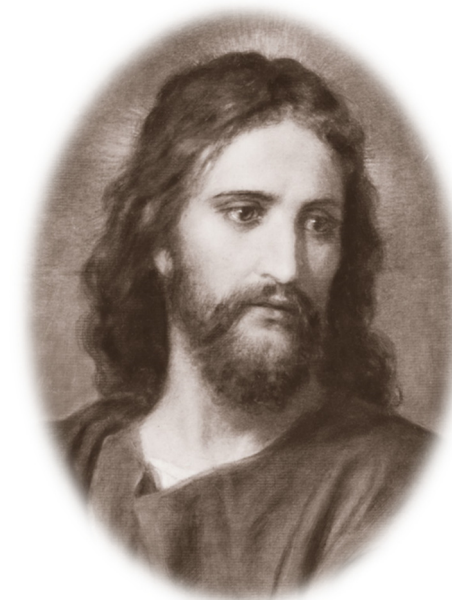
Possono partecipare al raduno e agli incontri tutti gli iscritti SRF di età compresa tra i 18 e i 39 anni

**Self-Realization Fellowship**  
3880, San Rafael Avenue  
Los Angeles, CA 90065-3219  
Stati Uniti - (323) 225-2471  
[www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)

*Centro di Meditazione*

*di Torino della*

*Self-Realization Fellowship*



## NOTIZIARIO

**OTTOBRE – NOVEMBRE -  
DICEMBRE 2019**

**BENVENUTI AI SERVIZI DI LETTURA,  
MEDITAZIONE E ISPIRAZIONE**

**Sede del Centro:**  
Via Gamalero, 28, Torino – 10136 Torino  
Telefono e Fax: 011 – 363163  
[www.yogananda-torino.org](http://www.yogananda-torino.org)  
[yoganandaji@yogananda-torino.org](mailto:yoganandaji@yogananda-torino.org)



## PROGRAMMA SETTIMANALE

### GIOVEDÌ

ore 18,30: esercizi di ricarica  
ore 18,45 – 20,00: servizio di ispirazione

### SABATO

ore 9,00 – 9,15: esercizi di ricarica guidati  
ore 9,15 – 12,00: (Vedi meditazioni del sabato)

### DOMENICA

ore 8,30: esercizi di ricarica  
ore 8,45 – 9,45: meditazione  
ore 10,00 – 11,00: servizio di lettura  
ore 11,15 – 12,00: traduzione di una  
lezione SRF (riservata agli iscritti)  
da settembre a giugno

“A Servizio iniziato, l’ingresso nella sala di meditazione  
è consentito solo durante l’esecuzione dei canti e  
durante le letture che accompagnano i servizi ordinari”



**MEDITAZIONI DEL SABATO**  
Dalle 9,00 alle 9,15: esercizi di ricarica guidati.  
Dalle 9,15 alle 12,00: meditazione.  
(È possibile entrare ed uscire nei cambi d’ora:  
9,55 – 10,05 e 10,55 – 11,05)

### OTTOBRE

05 - Meditazione con esecuzione guidata delle  
tecniche  
12 - La Cappella resterà chiusa (vedi ottobre)  
19 - Meditazione con letture libere  
26 - Ritiro Spirituale di un giorno (vedi ottobre)

### NOVEMBRE

02 - Meditazione con esecuzione guidata delle  
tecniche  
09 - Meditazione con kirtan (vedi novembre)  
16 - Incontro sociale (vedi novembre)  
23 - La Cappella resterà chiusa (vedi novembre)  
30 - Meditazione con letture libere

### DICEMBRE

07 - Meditazione con esecuzione guidata delle  
tecniche  
14 - Meditazione di Natale (vedi dicembre)  
21 - Meditazione con letture libere  
28 - Meditazione con letture libere



## ARGOMENTI DELLE LETTURE DOMENICALI

### OTTOBRE

06 - La tentazione più allettante  
*Letture della traduzione di una Lezione SRF*  
13 - Metodi pratici per la crescita spirituale  
*Letture della traduzione di una Lezione SRF*  
20 - La reincarnazione  
27 - Coltivate il desiderio di Dio

### NOVEMBRE

03 - Armonizzare lavoro e meditazione  
*Letture della traduzione di una Lezione SRF*  
10 - Perché Dio non impedisce la guerra  
17 - Acquisire la ricchezza della felicità interiore  
*Letture della traduzione di una Lezione SRF*  
24 - Metodi di cura limitati e illimitati

### DICEMBRE

01 - I tre involucri dell’anima  
*Letture della traduzione di una Lezione SRF*  
08 - Ricevere la risposta di Dio alle vostre preghiere  
15 - I miracoli del Raja Yoga  
22 - Ricevete la Coscienza Cristica  
29 - Lo scopo della vita è trovare Dio