

*"Attraversate i portali dell'anno che sta per iniziare con una nuova speranza. Ricordate che siete figli di Dio. Dipende da voi ciò che diventerete. Siate orgogliosi di essere suoi figli. Che cosa avete da temere? Qualsiasi cosa succeda, sappiate che è il Signore a mandarla, e che dovete riuscire a vincere le sfide quotidiane. In questo consiste la vittoria. Fate la sua volontà; allora niente potrà nuocervi. Egli vi ama eternamente. Pensate a questa verità, credete in questa verità, siatene consapevoli. E all'improvviso, un giorno, scoprirete di essere eternamente vivi in Dio".*

**Paramahansa Yogananda**



La sede del gruppo di Udine della Self-Realization Fellowship è in via Liruti 8/a , Udine (lato nord di piazza 1° maggio, dietro i giardini Loris Fortuna)

**Per ulteriori informazioni  
Martina Nizza - tel.3920194625**

email:

[Info@yogananda-udine.org](mailto:Info@yogananda-udine.org)

Il nostro sito:

[www.yogananda-udine.org](http://www.yogananda-udine.org)



## *Gruppo di Meditazione di Udine della Self-Realization Fellowship*

**Notiziario I/2019**  
**Gennaio, Febbraio , Marzo**



Self-Realization Fellowship fondata nel 1920 da  
Paramahansa Yogananda



## SERVIZI SETTIMANALI

Giovedì ore:

19.00 - 20.10 servizio di ispirazione e preghiera.

Domenica ore:

10.00 - 10.45 servizio di meditazione.

11.00 - 12.00 servizio di lettura.

Argomenti delle letture dei servizi della  
Domenica ore 11.00 - 12.00

## GENNAIO

06/01 Come controllare il vostro destino nell'anno nuovo.

13/01 Modi per vincere il nervosismo.

27/01 Praticare lo yoga nelle faccende nazionali e internazionali.

## FEBBRAIO

03/02 Rendere grazie per le benedizioni della vita.

10/02 Liberarsi dalla schiavitù delle abitudini.

17/02 L'universalità della religione.

24/02 Trovare la gioia nella vita.

## MARZO

03/03 La natura di un Maestro.

10/03 Kriya Yoga .la scienza regale per raggiungere la realizzazione.

17/03 L'arte di sviluppare la memoria.

24/03 Perché ci vengono imposte le prove della vita.

31/03 Come utilizzare al meglio le vostre domeniche.

## PROGRAMMA MENSILE EVENTI / SERVIZI OLTRE I SETTIMANALI FISSI

In caso di eventuali possibili modifiche ai programmi, ne verrà data tempestiva comunicazione

## GENNAIO 2019

### Sabato 5

18.00 - 19.00 Meditazione

19.00 - 20.00 Cerimonia per la nascita di Prama-  
hansa Yogananda.

**Si invita a portare un fiore ed un offerta.**

### Domenica 20:

10.00-13.45 prima parte meditazione lunga per il  
compleanno di Paramahansa Yogananda

14.00-16.00 seconda parte meditazione lunga per  
il compleanno di Paramahansa Yogananda

### Domenica 27:

12.00 Riunione generale per elezioni annuali

## FEBBRAIO

### **Domenica 24:**

09.00 - 10.45 meditazione lunga con Traduzione  
della Lezione SRF

**incontro riservato agli iscritti alle lezioni SRF.**

## MARZO

### **Domenica 3:**

**12.00 Riunione generale trimestrale**

### **Giovedì 7**

18.00 - 19.00 Meditazione

19.00 - 20.00 Cerimonia per mahasamadi di Pa-  
ramahansa Yogananda.

**Si invita a portare un fiore ed un offerta.**

### **Sabato 9**

18.00 - 19.00 Meditazione

19.00 - 20.00 Cerimonia per mahasamadi di Sri  
Yuktswar

**Si invita a portare un fiore ed un offerta.**

### **Domenica 24:**

09.00 - 10.45 meditazione lunga con Traduzione  
della Lezione SRF

**incontro riservato agli iscritti alle lezioni SRF.**

Per informazioni sulla

## Self Realization Fellowship

3880 San Rafael Avenue, Los Angeles, California 90065-3298  
Tel. (323) 225 2471 - Fax (323) 225 5088

<http://www.yogananda-srf.org>