

***Gruppo di Meditazione
di Firenze della
Self-Realization Fellowship
Notiziario Aprile 2026***



“O Cristo vivente, presente nel corpo di Gesù e di tutti noi, manifestati nell'essenza della tua gloria, nella forza della tua luce, nel potere della tua perfetta saggezza”.

Paramahansa Yogananda

Il Gruppo di Meditazione di Firenze della Self-Realization Fellowship si riunisce regolarmente nella nuova sede in Via Lisbona 4/A Pontassieve. Per chi vuole usufruire di un mezzo pubblico, può arrivare a Pontassieve col treno (da Firenze per Borgo San Lorenzo Via Pontassieve, oppure per Arezzo con fermata a Pontassieve). Dalla stazione scendere nel sottopassaggio e circa 15 minuti a piedi. Secondo il calendario indicato nel presente notiziario, tutti possono partecipare liberamente alle varie attività in programma.

Gli incontri del mese saranno:

Venerdì 03/04/2026 17:00 - 20:00 - Meditazione di tre ore per il Venerdì Santo.*

Domenica 05/04/2026 07:00 - 8:30 - Meditazione all'alba di Pasqua.**
Vol.2 n.14 "Gli insegnamenti di Gesù Cristo."

Domenica 12/04/2026 09:00 - 09:15 - Esercizi di ricarica.
09:15 - 10:00 - Meditazione individuale.
10:10 - 11:10 - Servizio di lettura, Vol.2 n.15 "La resurrezione di Gesù Cristo."

Domenica 19/04/2026 09:00 - 09:15 - Esercizi di ricarica.
09:15 - 10:00 - Meditazione individuale.
10:10 - 11:10 - Servizio di lettura, Vol.2 n.16 "Come svolgere il vostro ruolo nella vita."

Domenica 26/04/2026 09:00 - 09:15 - Esercizi di ricarica.
09:15 - 10:00 - Meditazione individuale.
10:10 - 11:10 - Servizio di lettura, Vol.2 n.17 "Il potere della concentrazione."

Note:

* Meditazione speciale per il Venerdì Santo. Meditazione di tre ore intervallate ogni 45 minuti circa da un canto.

** Meditazione all'alba per la Pasqua. Prevista una meditazione all'alba all'aperto se il tempo lo permette, se dovesse piovere allora si farà nella nostra nuova cappellina in Via Lisbona 4/A Pontassieve. Il giorno prima sarete avvisati sulla chat del gruppo su orari, indirizzo, luogo dove fisseremo l'appuntamento.

Richiesta di preghiere di guarigione - Vi ricordiamo che sul sito Internet della SRF è attivo un servizio per la richiesta di preghiere di guarigione: basta connettersi all'indirizzo Web, aprire la pagina denominata "Prayer Request", inserire i nomi delle persone per le quali si desiderano le preghiere, quindi cliccare su "Send Prayer Request". I nomi raggiungono la Casa Madre, dove vengono inseriti nella lista delle richieste di preghiere.

Cerimonie - Si svolgono per celebrare gli anniversari della nascita e del *Mahasamadhi* dei Guru della Self-Realization Fellowship. In occasione delle Cerimonie portare un fiore, come simbolo di devozione, ed un'offerta come simbolo di fedeltà e lealtà ai Guru e alla loro opera.

Meditazioni lunghe - Durante la lunga meditazione i devoti scoprono spesso di poter compiere uno sforzo spirituale maggiore, che li aiuta a raggiungere una calma più profonda e a sperimentare la presenza di Dio più tangibilmente. Si ricorda che dopo il primo periodo di meditazione è possibile alzarsi e uscire silenziosamente durante i canti.

Incontri sociali - Gli incontri sociali sono un'opportunità per i devoti di incontrarsi e conoscersi meglio. In queste occasioni è possibile gustare alcuni piatti vegetariani. Chi lo desidera, può contribuire portando cibi vegetariani o bibite analcoliche, consultando il responsabile degli incontri sociali, Saro Cunsolo, tel. 3381735076 o un membro del comitato di coordinamento.

Indirizzi utili per contattarci:

Gruppo di Meditazione di Firenze della SRF

Via Lisbona 4/A Pontassieve (FI)

tel. 3478433156

www.yogananda-firenze.org **segreteria.srf.firenze@gmail.com**

www.yogananda-srf.org