



Centro di Meditazione di Milano  
Self-Realization Fellowship

*“Adorate Cristo  
come Colui che è nato  
in tutta la creazione:  
nella stella, nella foglia,  
nel bocciolo, nell’usignolo,  
nel mazzolino di fiori e nella  
vostra vellutata devozione.  
Unite il vostro cuore a tutti i  
cuori, affinché Cristo possa  
nascere in esso e dimorarvi  
sempre e per sempre”*

*Paramahansa Yogananda*

# Notiziario Dicembre 2023

## I nostri incontri

- |                                       |   |  |
|---------------------------------------|---|--|
| <b>Sabato</b><br><b>2 dicembre</b>    | 14.40 - 15.00<br>15.00 - 18.00                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Esercizi di ricarica</li><li>• <b>Servizio di meditazione lunga in preparazione del Natale</b></li></ul>   |
| <b>Domenica</b><br><b>3 dicembre</b>  | 09.00 - 09.50<br>10.00 - 11.30                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Servizio di meditazione</b></li><li>• <b>Servizio di lettura e preghiera</b><br/>Lettura: <i>“I tre strumenti della conoscenza”</i></li></ul>   |
| <b>Sabato</b><br><b>9 dicembre</b>    | 14.40 - 15.00<br>15.00 - 18.00                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Esercizi di ricarica</li><li>• <b>Servizio di meditazione lunga in preparazione del Natale</b></li></ul>   |
| <b>Domenica</b><br><b>10 dicembre</b> | 09.00 - 09.50<br>10.00 - 11.30                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Servizio di meditazione</b></li><li>• <b>Servizio di lettura e preghiera</b><br/>Lettura: <i>“Quattro tipi di uomini”</i></li></ul>   |
| <b>Sabato</b><br><b>16 dicembre</b>   | 09.00 - 11.00                                   | ★ <b>Servizio di pulizie – serviamo Dio e il Guru prendendoci cura del nostro Centro</b>   |
| <b>Domenica</b><br><b>17 dicembre</b> | 08.40 - 09.00<br>09.00 - 13.00<br>13.30 - 17.00 | <ul style="list-style-type: none"><li>• Esercizi di ricarica</li><li>★ <b>Meditazione di Natale: 1° parte</b></li><li>• <b>Meditazione di Natale: 2° parte</b><br/><i>L’ingresso in Cappella è consentito solo alle ore 9 (in caso di necessità, e previa comunicazione con la segreteria, sarà possibile entrare all’inizio della seconda parte della meditazione).</i></li></ul> |
| <b>Domenica</b><br><b>24 dicembre</b> | 09.00 - 09.50<br>10.00 - 11.30                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Servizio di meditazione</b></li><li>• <b>Servizio di lettura e preghiera</b><br/>Lettura: <i>“La felicità che deriva dalla sintonia col Cristo”</i></li><li>• <b>Taglio panettone!</b></li></ul>  |

**Centro di Meditazione di Milano della Self-Realization Fellowship**  
Via Antonio Maffi 7 – 20162 Milano - tel. 349 6455944  
E-mail: [srf.centromilano@gmail.com](mailto:srf.centromilano@gmail.com) - sito web: [www.yogananda-milano.org](http://www.yogananda-milano.org)  
INGRESSO LIBERO

AVVISO: domenica 31 dicembre  
il Centro resterà chiuso