

# Ritiro SRF della Convocation: Assisi 25 - 28 giugno 2025

con *Bro. Dhruvananda e Br. Marco*

## PROGRAMMA

### Mercoledì 25 giugno

14.30 - 16.30 Registrazione

*15.30 - 16.30 Prima lezione di Harmonium*

17.00 - 20.00 "Meditazione con Brother Chidananda e il gruppo kirtan dei monaci" *(video live)*

20.00 - 21.00 Cena

21.00 - 21.15 Saluto e presentazione

21.20 - 22.20 "Rendere la vita un'avventura spirituale" - Bro. Satyananda *(video con sottotitoli in italiano)*

### Giovedì 26 giugno

7.30 - 8.50 Esercizi di ricarica e Meditazione con gruppo kirtan *(Br. Marco)*

8.50 - 9.45 Colazione

10.00 - 11.00 "Ricaricare il corpo con l'energia cosmica" \* - Bro. Balananda *(video con sottotitoli in italiano)*

11.00 - 11.30 Coffee Break

11.30 - 12.30 *Meditazione guidata in Italiano con revisione delle tecniche\** - Bro. Tyagananda *(video in italiano)*

13.00 - 14.00 Pranzo

*15.00 - 16.00 Seconda lezione di Harmonium*

16.00 - 17.00 Revisione di gruppo per i conduttori degli esercizi di ricarica\* *(Br. Marco e Bro. Dhruvananda)*

18.00 - 18.30 Coffee break

18.30 - 20.00 *Kirtan (Canti devozionali)* *(Video)*

20.00 - 21.00 Cena

21.00 - 22.00 Incontro con i *giovani adulti* - Br. Marco *(sala harmonium)*

21.00 - 22.00 Incontro con i *devoti senior* - Bro. Dhruvananda *(sala meditazione)*

21.00 - 22.00 "Risvegliare la devozione" - Bro. Anandamoy *(video doppiato in Italiano)*

### Venerdì 27 giugno

7.30 - 8.50 Esercizi di ricarica e Meditazione con gruppo kirtan *(Bro. Dhruvananda)*

8.50 - 9.45 Colazione

10.00 - 11.00 "Manifestare le nostre nobili ambizioni: il potere creativo dell'iniziativa" - Bro. Kamalananda *(video con sottotitoli in italiano)*

11.00 - 11.20 Coffee break

11.30 - 12.30 *Satsanga (domande e risposte)* - Sr. Karuna *(video con sottotitoli in italiano)*

13.00 - 14.00 Pranzo

*15.00 - 16.00 Terza lezione di Harmonium*

16.00 - 17.00 "Diventare cittadini ideali del mondo"- Sr. Draupadi *(video con sottotitoli in italiano)*

17.00 - 17.30 Coffee break

17.30 - 20.00 Meditazione con gruppo *kirtan* (*Br. Marco*)

20.00 - 21.00 Cena

## **Sabato 28 giugno**

7.30 - 8.50 Esercizi di Ricarica e Meditazione con gruppo *kirtan* (*Bro. Dhruvananda e Br. Marco*)

8.50 - 9.45 Colazione

10.00 - 11.00 *Satsanga* (domande e risposte) (*Bro. Dhruvananda e Br. Marco*)

11.00 - 11.10 Foto di Gruppo

11.10 - 11.30 Coffee break

11.30 - 12.30 **"Il ruolo di un Guru nella propria ricerca spirituale"** - **Bro. Sevananda** (*video con sottotitoli in italiano*)

13.00 - 14.00 Pranzo

*14.00 - 15.00 Quarta lezione di Harmonium*

15.00 - 16.00 **"Una serata con Brother Chidananda – Gli insegnamenti del Kriya Yoga di Paramahansa Yogananda"** (*video*)

16.00 - 16.30 Saluti finali con *Bro. Dhruvananda e Br. Marco*

## **CONCLUSIONE DEL RITIRO della CONVOCATION ASSISI 2025**

---

**Fuori programma per chi si ferma ancora qualche giorno ad Assisi:**

## **Domenica 29 giugno**

9.15 - 10.15 Esercizi di Ricarica e Meditazione con i Monaci al Circolo SRF di Assisi (*Br. Marco*)

10.30 - 11.30 Servizio domenicale con i Monaci al Circolo SRF di Assisi (*Br. Marco*)

*12.00 - 13.00 Eventuale secondo Servizio domenicale al Circolo SRF di Assisi (se ci sono più di 50 prenotazioni per il servizio delle 10.30)*

13.00 - Pranzo nel giardino adiacente al Circolo SRF (con catering)

## **Lunedì 30 giugno**

6.00 - 13.00 Meditazione alla Tomba di San Francesco e pellegrinaggio con *Bro. Dhruvananda e Br. Marco* negli altri santuari francescani.

*(Avremo a disposizione dei taxi multipli e sono previste soste per meditare e una pausa per la colazione al Caffè in Piazza del Comune).*

**Jai Guru!**

\* Riservato agli studenti delle *Lezioni della Self-Realization Fellowship*