



**PALERMO TOUR 2021**  
*Self-Realization Fellowship*

**PROGRAMMA**

**Il Tour** si svolgerà a Palermo **dal 30 settembre al 3 ottobre 2021**. La partecipazione è gratuita e rivolta a tutti, ad eccezione di alcune attività che sono riservate agli studenti iscritti alla Self-Realization Fellowship, ai nuovi iniziati Kriyaban e ai membri Kriyaban. Tutti gli incontri si terranno presso **Saracen Sands Hotel & Congress Centre**.

**Giovedì 30 settembre**

Dalle 16:00 Registrazione e accoglienza  
17:00 – 19:00 Meditazione con *kirtan* (condotta da devoti)  
19:00 – 20:30 Cena  
21:00 – 22:30 Conferenza aperta al pubblico con meditazione guidata <sup>(1)</sup>

**Venerdì 1 ottobre**

07:45 – 09:00 *Esercizi di Ricarica* e meditazione  
09:00 – 10:00 Colazione  
11:00 – 12:00 Revisione degli *Esercizi di Ricarica*\*  
12:30 – 14:00 Pranzo  
15:00 – 16:00 *Satsanga*  
16:30 – 19:00 *Esercizi di Ricarica* e meditazione guidata con *kirtan*  
19:00 – 20:30 Cena  
21:00 – 22:00 Lezioni sulla vita spirituale <sup>(1)</sup>

**Sabato 2 ottobre**

07:45 – 09:00 *Esercizi di Ricarica* e meditazione  
09:00 – 10:00 Colazione  
10:30 – 12:00 Revisione delle tecniche *Hong So* e *Om*\*  
12:30 – 14:00 Pranzo  
17:00 – 20:00 Cerimonia di iniziazione al *Kriya Yoga*\*\*  
17:30 – 19:30 Programma per coloro che non partecipano alla Cerimonia  
20:30 – 22:00 Cena

**Domenica 3 ottobre**

07:30 – 08:30 Colazione  
09:00 – 11:00 Revisione del *Kriya Yoga*\*\*  
10:00 – 10:45 Meditazione per chi non partecipa alla revisione  
11:00 – 12:00 Servizio di Ispirazione  
13:00 – 14:30 Pranzo  
15:00 – 16:30 Programma di chiusura e video

<sup>(1)</sup> Il programma serale del dopo cena potrebbe subire delle variazioni

\* Riservata agli studenti delle lezioni della Self-Realization Fellowship.

\*\* Riservata ai soli Kriyaban.

Gli incontri sono rivolti agli adulti, ma possono parteciparvi anche ragazzi che abbiano compiuto 12 anni e che siano iscritti alla Self-Realization Fellowship. I bambini più piccoli non possono partecipare agli incontri.

Vi chiediamo di non effettuare registrazioni audio o video (incluse le riprese con il telefono cellulare) durante gli incontri: le fotografie sono ammesse solo nelle aree esterne. Grazie per la collaborazione.