



日本ヴェーダーンタ協会 : Vedanta Society of Japan

4-18-1 Hisagi, Zushi-shi, Kanagawa-ken 249-0001

TEL: 046-873-0428

FAX: 046-873-0592

Email: info@vedanta.jp Website: www.vedanta.jp

プログラム : Programme

毎日 Daily	月間、毎月第3日曜日、逗子例会 Monthly Retreat: 3rd Sunday at Zushi	月間、東京、講演及び瞑想 Monthly Talk and Meditation at Tokyo
5:15 a.m. 瞑想 : Meditation 6:30 a.m. 詠唱 : Chanting 聖典の輪読 : Reading from the scripture 7:30 a.m. 朝食 : Breakfast 8:00 a.m. 聖典の輪読。日、月曜日を除く。 : Reading from the scripture, except Sunday & Monday 11:40 a.m. 供物奉獻 : Offering 瞑想 : Meditation 12:00 noon 昼食 : Lunch 3:15 - 4:15 p.m. 瞑想 (自由参加) : Meditation (Optional) 4:30 p.m. お茶 : Tea * 6:15 p.m. 夕拝讃歌 : Aratrik Bhajan 聖典の朗誦 : Reading from the scripture 瞑想 : Meditation * 8:00p.m. 夕食 : Supper * 8:40 p.m. 聖典の輪読。月曜日を除く。 : Reading from the scripture, except Monday	10:30 a.m. 瞑想 : Meditation 11:00 a.m. 詠唱 : Chanting 聖典の朗誦 : Reading from the scripture 講話 : Talk 瞑想 : Meditation 12:30 p.m. 昼食 : Lunch 2:30 p.m. 詠唱 : Chanting 聖典の朗誦 : Reading from the scripture 質疑応答 : Question & Answer 瞑想 : Meditation 讃歌 : Devotional Song 4:30 p.m. お茶 : Tea 夕拝の後、ラームナムサンキルタン After evening prayer : Ramanamsankirtanam (月に一度 : once a month)	日時及び場所 : Time & Venue ◎第1土曜日午後2時 : 1st Saturday 2:00 p.m. インド大使館 : Indian Embassy

注

- * は季節により時間変更 ◎定時の瞑想のほか、午前5時15分から午後8時00分までの間、他の時間もシュラインで瞑想できます。
- * Time subject to change ◎常駐の僧から霊的な問題、インドの宗教、文化、インド巡礼などについて適時相談することができます。

N.B.

- ◎ In addition to fixed hours of meditation, one may meditate at other times also in the shrine between 5.15 a.m. and 8:00 p.m.
- ◎ The resident monk will be pleased to give interview on spiritual matters/Indian Religion and Culture/pilgrimage to India at the appointed time.