

2026 年のスウィートサプライズ(嬉しい驚き)についての情報

一般情報

- スウィートサプライズに参加するにはどうすればいいですか？
- 申し込みは必要ですか？
- シッダ・ヨーガのオンラインアカウントを作るにはどうすればいいですか？
- スウィートサプライズの言語は何ですか？
- ライブ配信開始後に参加した場合はどうなりますか？

技術的な詳細

- コンピューターがライブ配信に適した設定になっていることを確認するにはどうすればいいですか？
- 推奨するブラウザと速度はありますか？
- プレーヤーのタイマーは動いていますが音が聞こえません。どうすればいいですか？
- ライブ配信が始まらない、あるいは途切れる場合はどうすればいいですか？
- 画質を変えるにはどうすればいいですか？

一般情報

スウィートサプライズに参加するにはどうすればいいですか？

スウィートサプライズは 2026 年1月1日木曜日に、シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムからライブで映像配信されます。ライブ配信は、ニューヨーク時間の午前 10 時に始まります。

シッダ・ヨーガの道のウェブサイトから、あるいはお近くのシッダ・ヨーガ・アーシュラムや瞑想センター、開催するチャンティングと瞑想のグループで参加できます。

申し込みは必要ですか？

いいえ、このイベントに申し込みは必要ありません。参加するには、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトから、あなたのシッダ・ヨーガ・オンライン・アカウントにサインインする必要があります。

シッダ・ヨーガのオンラインアカウントを作るにはどうすればいいですか？

シッダ・ヨーガの道のウェブサイトの右上隅にある「Sign In (サインイン)」をクリックし、次に「click [here](#)」のリンクをクリックして新しいアカウントを作成してください。

- 新しいアカウントの認証を求めるメールがあなたのメールアドレスに届きます。新しいアカウントは事前に作成しておいてください。

スウィートサプライズの言語は何ですか？

このサツァングはシッダ・ヨーガの道のウェブサイトで英語で行われ、フランス語、ヒンディー語、イタリア語、スペイン語の音声通訳が付きます。

ライブ配信開始後に参加した場合はどうなりますか？

ライブ配信開始後に参加すると、スウィートサプライズの残りの部分に参加できます。ライブ配信が始まると、巻き戻したり、ライブ配信の他の部分を再度見たりすることはできません。

技術的な詳細

コンピューターがライブ配信に適した設定になっていることを確認するにはどうすればいいですか？

次の手順を実行することで、ライブ配信に最適な機器とワークスペースを準備することができます。

- 使用するブラウザーが最新バージョンであることを確認してください。
- コンピューターに保留中のソフトウェア更新プログラムがないことを確認します。
- インターネットの速度が最適かどうかを確認します。
- ライブ配信が始まる前に、スカイプ、ソフトウェアアップデート、他のブラウザーウィンドウなど、コンピューターまたはデバイス上の他のすべてのアプリケーションが閉じていることを確認してください。
- ライブ配信の前に、あなたがシッダ・ヨーガのオンラインアカウントを持っていること、およびログインできることを確認しておいてください。
- 以下のすべての情報を確認してください。詳細な技術サポートについては、Technical Information（技術情報）を参照してください。

推奨するブラウザーと速度はありますか？

推奨するブラウザーは Google Chrome（グーグルクローム）か Firefox（ファイヤーフォックス）です。推奨する最低速度は4Mbps です。インターネットの速度がそれより遅いと、解像度が低くなったり、ライブ配信が一時停止したり中断する場合があります。

プレーヤーのタイマーは動いていますが音が聞こえません。どうすればいいですか？


スピーカーがオンになっていて、音量が上がっていることを確認してください。また、コンピューターやモバイルデバイスのオーディオ設定がミュートになっていないか確認してください。

ライブ配信が始まらない、あるいは途切れる場合はどうすればいいですか？

以下のキーを押してブラウザーの更新が必要かもしれません。

- マイクロソフトウィンドウズのコンピューターは、F5
- アップルのコンピューターは、Cmd+R

画質を変えるにはどうすればいいですか？

ライブ配信の画質は、お使いの機器のインターネットの処理能力に応じて、自動的に調整されます。しかし、もし画質を変更したい場合は、右下隅にある設定アイコン  をクリックしてください。静止画像にちらつきがある場合は、より高い解像度を選んでください。配信が停止したり、正しく読み込めない場合は、解像度を低くしてください。