

マカラ・サン克蘭ティを祝う

シッダ・ヨーガ・サツァングに関する情報

1 月 14 日土曜日、マカラ・サン克蘭ティを祝って、シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムのバガヴァーン・ニッティヤーナンダ・テンプルからのライブ動画配信によるシッダ・ヨーガ・サツァングが行われます。

サツァングに参加するには、シッダ・ヨーガの道のウェブサイトで自分のアカウントにサインインしてください。

サツァングについての情報は以下の通りです。

準備：

以下の詩が分かるようにしておくとよいでしょう。

- ジョータ・セー・ジョータ・ジャガーオー
- カルプーラ・アーラティー
- スーリヤ・ガーヤトリー・マントラ
- ナーラーヤナ

参加のための持ち物

次の物を用意してください。

- 瞑想用のアーサナ

