

SRF 東京グループ瞑想会のご案内

2015年8月

パラマハンサジは、集まって共に瞑想することが各自の霊的進歩にいかに関与するかを強調されました。“グループ瞑想は初心者も熟練者も同じように守ってくれる城であり、参加者一人一人の霊性の自覚がより一層高められるのです”と。SRF 東京グループでは、毎日曜日午前 10 時より（遅くとも 10 分前には着席して下さい）、下記の通りグループ瞑想会を開催しております。皆様のご参加をお待ちしております。会場は JR 京浜東北線の大井町駅で下車し、二階中央口改札を出て左手の屋上庭園の向こうにある『LABI ヤマダ電機』との総合建物になった品川区立総合区民館『きゅりあん』の会議室です。

瞑想会日定表

年 月	第一日曜日	第二日曜日	第三日曜日	第四日曜日	第五日曜日
2015 年 8 月	2 日 4 F 第一特別講習室	9 日 4 F 第一特別講習室	16 日 お休み	23 日 4 F 第一特別講習室	30 日 4 F 第一特別講習室
9 月	6 日 5 F 記念瞑想会 第四講習室	13 日 4 F 第一特別講習室	20 日 4 F 第一特別講習室	27 日 4 F 記念瞑想会 第二特別講習室	
10 月	4 日 4 F 第一特別講習室	11 日 4 F 第一特別講習室	18 日 4 F 第一特別講習室	25 日 4 F 第一特別講習室	
11 月	1 日 5 F 第三講習室	8 日 5 F 第三講習室	15 日 5 F 第三講習室	22 日 4 F 第二特別講習室	29 日 5 F 第三講習室
12 月	6 日 5 F 第三講習室	13 日 4 F 第三講習室	20 日 4 F お休み	23 日 3 F x'マス瞑想会 大田区産業プラ ザ特別会議室	27 日 お休み
2016 年 1 月	10 日 5 F 記念瞑想会 第四講習室	17 日 4 F 第二特別講習室	24 日 5 F 第三講習室	31 日 4 F 第三講習室	

記念瞑想会

2015 年 9 月 6 日 ジャンマ シュタミ（クリシュナの生誕日 9 月 5 日）

9 月 27 日 ラヒリマハサヤのマハサマデー（1895 年 9 月 26 日）

9 月 27 日 ラヒリマハサヤの生誕日（1828 年 9 月 30 日）

12 月 23 日 クリスマス終日瞑想会（日曜ではなく 23 日水曜日です）

2016 年 1 月 10 日 ヨガナンダ大師の生誕日（1893 年 1 月 5 日）