

Kesäretriitin ohjelma 2018

Perjantai

17:00 – 18:30	Tervetuloa + majoittuminen, teetarjoilu
18:30 – 19:45	Ashtothara Sata Namavali - Amman 108 nimen resitaatio, Bhajans (henkisiä lauluja), Arati
19:45 – 20:00	Retriitin ja ohjelman esittely
20:00 – 21:00	Illallinen
21:00 – 23:00	Sauna ja bhajans (henkisiä lauluja) nuotiolla

Lauantai

06:00 – 07:00	Sri Lalita Sahasranama - Amman 1000 nimen resitaatio
07:00 – 07:15	Mahishasura Mardini Stotram
07:15 – 07:30	Tauko / salin valmistelu
07:30 – 08:45	Aamujooga (Rishi)
08:00 – 09:30	Aamiainen
09:30 – 10:30	Seva (vapaaehtoinen työskentely) / Aikaa kävelyllä, meditaatiolle tms.
10:30 – 11:30	Satsang: Freedom and Love (Swami Amritaswarupananda Puri) - käännetty suomeksi
11:30 – 12:00	Meditaatio (Rishi)
12:00 – 13:00	Lounas
13:00 – 14:00	Seva (vapaaehtoinen työskentely) / Aikaa kävelyllä, meditaatiolle tms.
14:00 – 15:30	Rishin luento Bhagavad-Gitasta
15:30 – 16:00	Tauko
16:00 – 17:30	IAM-meditaatio kertaajille (Jagadish) / Äänirentoutus (Anna)
17:30 – 18:30	Teetuokio / Aikaa kävelyllä, meditaatiolle tms.
18:30 – 20:00	Ashtothara Sata Namavali - Amman 108 nimen resitaatio, Bhajans (henkisiä lauluja), Arati
20:00 – 21:00	Illallinen
21:00 – 23:00	Video: The Humanitarian Initiatives of Sri Amritanandamayi Devi (engl.) Sauna ja bhajans (henkisiä lauluja) nuotiolla

Sunnuntai

06:00 – 07:00	Sri Lalita Sahasranama - Amman 1000 nimen resitaatio
07:00 – 07:15	Mahishasura Mardini Stotram
07:15 – 07:30	Tauko / salin valmistelu
07:30 – 08:45	Aamujooga (Rishi)
08:00 – 09:30	Aamiainen
09:30 – 10:00	Seva (vapaaehtoinen työskentely) / Aikaa kävelyllä, meditaatiolle tms.
10:00 – 11:00	Satsang: Faith in Amma / Developing Willpower (Swami Paramatmananda Puri) - käännetty suomeksi
11:00 – 11:15	Tauko
11:15 – 12:30	Bhajans (henkisiä lauluja), Arati Retriitin päättäminen
12:30 – 13:00	Meditaatio (Rishi)
13:00 – 14:00	Lounas