

Uposatha Observance of 9 Precepts cum Retreat during Vassa period 2010

We are pleased to invite devotees to wish to take 3 refuges and observe 9 precepts on Uposatha Days at SMC. The sessions will be conducted in Burmese. Please register by email or at the notice board in SMC.

Venue: Satipatthana Meditation Centre (SMC)
40 Jalan Malu-Malu
(behind Sembawang Shopping Centre)
http://www.smcmeditation.org/SMC_map.htm

Program:

9.00 am **Taking 3 Refuges & 9 Precepts**
Meditation (optional)

11 am Lunch (provided)
Meditation (optional)

Dates:

New Moon	First Quarter	Full Moon	Last Quarter
-	-	26 Jul (Mon)	3 Aug (Tues)
10 Aug (Tues)	18 Aug (Weds)	25 Aug (Weds)	2 Sept(Thurs)
8 Sept (Weds)	16 Sept (Thurs)	23 Sept (Thurs)	1 Oct (Fri)
8 Oct (Fri)	16 Oct (Sat)	23 Oct (Sat)	-

Sadhu! Sadhu! Sadhu!

Organised by :



SATIPATTHANA MEDITATION CENTRE

(SMC) 40 Jalan Malu-Malu, Sembawang Springs Estate,
(behind Sembawang Shopping Centre), Singapore 769657

ဝါတွင်းကာလ ၉-ပါးသီလ ဥပုသ် ဆောက်တည်ပွဲ နှင့် နေ့တရားစခန်း

ဓမ္မမိတ်ဆွေ အပေါင်းတို့ ...

ဘုရား, တရား, သံဃာ ရတနာတော်မြတ်သုံးပါးအား ဦးထိပ်ပန်ဆင်လျှက်
ဝါတွင်းကာလ ဥပုသ်နေ့များတွင် သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ ၉-ပါးသီလ
ခံယူဆောက်တည်၍၊ မေတ္တာဘာဝနာ, ဝိပဿနာဘာဝနာများ ပွားများကာ
တရားဒေသနာများ နာယူနိုင်ကြပါစေရန် နိဗ္ဗာန်အကျိုး ရည်မျှော်ကိုး၍
သတိပဋ္ဌာန်ရိပ်သာ အကျိုးဆောင်များမှ လေးစားစွာ နှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

နေရာ: **Satipatthana Meditation Centre (SMC)**
40 Jalan Malu-Malu
(behind Sembawang Shopping Centre)
http://www.smcmeditation.org/SMC_map.htm

အစီအစဉ်:

- 9.00 am** သရဏဂုံနှင့် ၉-ပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ခြင်း
ဘာဝနာ ပွားများခြင်း
- 11 am** နေ့ဆွမ်း (ရိပ်သာမှ စီစဉ်ထားပါမည်)
ဘာဝနာ ပွားများခြင်း

Dates:

လကွယ်	လဆန်း	လပြည့်	လဆုတ်
-	-	26 Jul (Mon)	3 Aug (Tues)
10 Aug (Tues)	18 Aug (Weds)	25 Aug (Weds)	2 Sept (Thurs)
8 Sept (Weds)	16 Sept (Thurs)	23 Sept (Thurs)	1 Oct (Fri)
8 Oct (Fri)	16 Oct (Sat)	23 Oct (Sat)	-

Sadhu! Sadhu! Sadhu!

Organised by :



SATIPATTHANA MEDITATION CENTRE

(SMC) 40 Jalan Malu-Malu, Sembawang Springs Estate,
(behind Sembawang Shopping Centre), Singapore 769657