

Sachi Home Activities List

サチホーム アクティビティメニュー

Activities/ アクティビティメニュー		Details/詳細		Notes/ 備考
Guided tour/ 各種 ツアー	Sujata village tour スジャータ村ビレッジ ツアー	Guided walking tour in Sujata village. Sujata village keeps traditional way of living. It's a wonderful village to stroll. You can visit historical Sujata stupa, Shiv temple and more. (Approx. 90 min)	徒歩にてスジャータ村をご案内いたしま す。今なお続く村人の昔ながらの生活に触 れ、おとぎ話に出てくるような村の空気を感じ てください。歴史あるスジャータ・ス トウパーやシヴァテンプルなどにお連れし ます。(約90分)	
	Mahakala Mt. tour by motorbike マハカラマウンテンツ アー by motorbike(バイク)	Mahakala Mt. has a holly cave where Buddha meditated for 6 years. After he left the mountain, he met a village girl Sujata in Sujata village where you are. (Approx. 3h)	マハカラマウンテンには、ブッダが6年 間、断食修業した洞窟があります。山を下 りてスジャータ村に向かったブッダは、村 娘スジャータと運命的な出逢いを果たしま す。(約3時間)	
by car (車)				
Totorono ki (Big sacred tree) tour トトロの木ツアー by foot (徒歩)	It's just like the world of Japanese animation "TOTORO"... Feel the energy of sacred tree. (Approx. 2 h by foot, 1 h by motorbike)	まるでトトロの世界・・・大きな聖木の下 はヒーリングスポットです。 (徒歩約2時間、バイク約1時間)		
by motorbike (バイク)				
Bodhgaya strolling tour ブッダガヤ散策ツアー	Mahabodhi temple, Tibetan monastery, Japanese temple, Big buddha etc.(motorbike, tuk-tuk or by foot. Approx. 3h)	マハボディテンプル、日本寺、チベット 寺、大仏などをめぐります。 (徒歩、バイクまたはトゥクトゥク。約3 時間)		
Night time Mahabodhi temple tour 夜のマハボディテンプ ルツアー	Night time Mahabodhi temple is quite different from daytime. Enjoy mystical and dream-like atmosphere of illuminated temple. (motorbike, tuk-tuk or by foot. Approx. 2h)	昼間とは一味も二味も違う、ライトアップ された幻想的で荘厳な夜のマハボディテ ンプルをお楽しみください。サチホームの地 元スタッフおススメ！(約2時間)		
Shopping in Bodhgaya tour for ladies! 女子の楽しみ・ブッダ ガヤお買い物ツアー	Ayurveda shops, organic shop and Indian fashion... Long staying Japanese lady takes you to hose shops of her recommendation. (Approx. 2h)	おススメのアーユルベータショップ、オー ガニックショップ、インドファッションの お店を長期滞在日本人女性のご案内。ご自 身はもちろん、ご家族、お友達へのお土産 探しにもってこい！(約2時間)		
Sujata village special 1Day tour スジャータ村まるごと 1DAYツアー by motorbike (バイク)	Village tour, Totoro no ki and Mahakala Mt. are included. Reasonable and you'll get to know the village more.(Approx. 5- 6h)	スジャータ村ビレッジツアー、トトロの 木、マハカラマウンテンがセットになっ たお得なツアー。おススメです！(5~6時 間)		
by car (車)				

Sachi Home Activities List

サチホーム アクティビティメニュー

Activities/ アクティビティメニュー		Details/詳細		Notes/ 備考
Guided tour/ 各種ツアー	Sujata village special 2Day tour スジャータ村まるごと 2DAYツアー (バイク) by car (車)	1 DAY tour + visiting Bodhgaya and more places in the village. Visiting villager's house, orphanage or school for poor children upon your request.	1 DAYツアー + ブッダガヤ散策、より深い村のご案内 (村人のお宅訪問、孤児院、貧しい家庭の子供たちが通う学校など、リクエストに応じ、ご案内いたします)。時間に余裕があれば、超お得なおススメツアーです！	
	Ghongaria village tour コンガリア村ツアー	Ghongaria village, 6km from Sachi Home, is poor but people live connected to the earth. It was a green jungle until 20 years ago. But from the poverty, villagers cut down and sold trees and now it's like a desert. The owner of Sachi Home is doing many social work here such as creating free school, planting trees and organic farm. The situation is getting better but still need more effort...(Approx.3h, by car)	スジャータ村から6kmほど離れたコンガリア村は、貧しいけれど、人々が大地に根付いて暮らしています。もともとは緑豊かなジャングルだった村は、20年ほど前から貧しさゆえに木を伐採して安値で販売し続け、ついには砂漠のような光景の広がる、痩せた土地になってしまいました。サチホームオーナーのシッダルタさんとかかわりが深く、無償の学校の建設、植林活動、有機栽培農園の運営など、村の明るい未来のための取り組みがなされています。(約3時間。車利用)	
Nalanda & Rajgir ナーランダとラージギル	Nalanda & Rajgir are 70 to 80 km from here. Buddha spent many years in Rajgir with his disciples. Rajgir also has beautiful Hindu and Jani temples. Other attraction is warm water ponds which is said to contain medical properties which help skin diseases. Nalanda was a Buddhist university established in 450CE. Among its zenith accommodated over 10,000 students and over 2,000 faculty. However, it was destroyed by Turkish Muslim invaders in 1193, when the students and teachers were massacred and the massive university library was burnt down. It was recognized as world heritage site in 2016. (Approx. 7h)	ラージギルはブッダが弟子達と生涯の大半を過ごした地で、仏教史上最初のお寺と言われる竹林精舎を始め、多くの仏教遺跡が残っています。また、インドでは珍しい温泉が湧くヒンドゥー教寺院も存在します。ナーランダはナーランダ大学という巨大な仏教を学ぶ僧院が存在したことで有名です。ブッダはここで説法を行い、また、玄奘三蔵(三蔵法師)がここで仏教を学びました。5世紀に創建され12世紀にイスラム教徒による破壊が行われるまでの間存在し、学生は1万人以上、教師が1,000人以上、蔵書が500万冊以上あったと伝えられています。2016年に世界遺産に登録されています。スジャータ村から70~80kmほど。(約7時間)		
Barabar cave & Shiv Mt. バーバーケイブとシヴァテンプル	The Barabar Hill Caves are the oldest surviving rock-cut caves in India, dating from the Maurya Empire (322-185 BCE). Caves are dark as midnight even in daytime. If you chant aum in the cave, you can feel something. It's a fantastic power spot to visit. There is a sacred Shiv temple on top of the mountain next to the cave. On the Shiv festival days, Shiva believers come to pray and whole way from bottom to top of the mountain are lined with those. (Approx. 7h)	バーバーケイブは、スジャータ村から約43kmにある7つの石窟群で、インド最古の石窟として知られています。日本ではほぼ知られていない秘境。昼間でも真っ暗な洞窟の内部はすごいエネルギーで満ち溢れています。ここでオームを唱えれば、あなたは何かを感じることでしょう。パワースポット。バーバーケイブからゆっくり登って1時間くらいの山頂には、神聖なシヴァテンプルがあり、シヴァのプージャの日にはお参りのために信者が集い、麓から山頂まで行列ができるそうです。(約7時間)		
Guide (1h) ガイド (1時間)	Indian staff guides you wherever you wish.(Motor bike or by foot)	行きたいところヘインド人スタッフがご案内します。バイクまたは徒歩での案内		
Pick up service	Pick up service by car 車でのピックアップサービス	Gaya station (Approx. 40 min, 15km) Gaya airport (Approx. 30 min, 10km)	ガヤ駅まで約40分 (約15km) ガヤ空港まで約30分 (約10km)	

Sachi Home Activities List

サチホーム アクティビティメニュー

Activities/ アクティビティメニュー		Details/詳細		Notes/ 備考
Language class	●Japanese, English : Japanese teacher ●Hindi, English: Indian teacher ●日本語、英語：日本 人講師 ●ヒンディー語、英 語：インド人講師（日 本語可）	Private lesson(1h)	プライベートレッスン（1時間）	
		Semi private lesson(for 2 students) (1h)	セミプライベートレッスン（生徒2人）（1時間）	
		Group lesson (for 3-5 students)(1h)	グループレッスン（生徒3～5人）（1時間）	
Yoga	Relaxing Yoga リラックスヨガ	Anybody can join relaxing Yoga. Slow and easy, listening voice of your body leads you to deep relaxation state.(1h)	どなたでもご参加いただける優しいヨガ。体が固くても初めてでもご安心してご参加ください。（1時間）	
Mantra chanting & Shatcarma	Mantra chanting, Shatcarma & Meditation マントラチャンティング、シャットカルマ & 瞑想	Chanting Mantras clears your heart. Sacred sound from the universe makes you calm and after chanting mantras, you get easier to meditate. Shatcarma is to purify your body, ancestors and the place.(Approx.1h)	お経の原点マントラ。宇宙から届けられた聖なる音を唱えるだけで、心がクリアになり、落ち着き、瞑想がしやすくなります。シャットカルマはご自身、ご先祖様、その場の浄化のため。（約1時間）	
Heena art	Heena art (Mehndi) ヘナアート（メヘン ディ）	Goddess Laxmi loves the plant Heena which is used to dye your skin. The body art lasts one to two weeks. It's a symbol of good luck.	幸運の女神ラクシュミーが愛するヘナというハーブを用いたアート。1～2週間で自然に消えるタトゥー。インドでは幸運の象徴とされています。	
Massage	Foot massage & ASHI- ATSU フットマッサージ&足 圧	Ashi-atsu & Foot massage will be relaxed and healed completely. (90min)	足圧とフットマッサージのコンビネーションで癒しのひと時を・・・ (90分)	
Pooja	Special pooja by Babaji ババジーによるスペ シャルプージャ	Experience real Hindu pooja by Babaji. Pooja is a prayer ritual. It purifies your body, mind and soul. If you have any special wishes, Babaji can pray for it. (Approx.1h)	ババジーによる本物のプージャを体験ください。プージャとは、ヒンドゥーのお祈りであり儀式。心と体、魂を浄化と言われています。病気の治癒、商売繁盛など、特別な願いがある場合、そのためにプージャをすることもできます。（約1時間）	As is the practice of Hindu culture, please refrain from going inside the pooja room on the day you took meat, fish or egg or when you are in your period. Thank you.
	Special fire ceremony "Yagya" by Babaji ババジーによるスペ シャルヤグヤ（炎の 儀式）	Traditional Hindu fire ceremony. Purify your soul with the power of God of fire, Agni. Well known Babaji perform Yagya for you. (Approx.1h)	ヒンドゥーの伝統的な炎の儀式、ヤグヤ。火の神さまアグニのパワーを借りて、より深い魂の浄化を経験することができます。この辺りで有名なババジーがヤグヤの儀式を執り行います。（約1時間）	

Sachi Home Activities List

サチホーム アクティビティメニュー

Activities/ アクティビティメニュー		Details/詳細		Notes/ 備考
	Everyday pooja by Sachi Home staff サチホーム インド人スタッフによるエブリデイ・プージャ	Hindu worship "Pooja" is carried out everyday in the morning and evening by our staff at pooja room of Sachi Home. Anybody can join the pooja. Any amount of donation for pooja is welcomed anytime.	毎日欠かさず朝と夕方にサチホームのプージャールームではスタッフによるプージャが行われます。どんなに寒い日でもシャワーで身を清め、お供えをしてお祈りを唱えます。いつでもお気軽にご参加ください。心を動かされましたら、神様へのお布施をお願いいたします。	ヒンドゥーの教えに基づき、お肉、お魚、卵を召し上がった日、生理中の女性はプージャールームへの入室はご遠慮いただき、外からの見学をお願いいたします。
Cooking	Traditional Indian cooking experience at outside oven "chulha" インドの伝統的な料理体験	Using traditional mud stoves (chulhas) in our garden, let's enjoy cooking with local Indians. Making fire with charcoal and cow dung cake. Just watching or cooking together is your choice. Every course includes Chapati, rice, dal soup, salad and drink.	緑あふれるガーデンの一角にあるチュラ（インド伝統の泥製の釜）で、インド人とお料理を楽しみましょう。炭とゴイタ（牛糞とワラを練って乾燥させた伝統的燃料）を使って作るお料理は、それだけでおいしい！お料理にしっかり入っていただいても、見学だけでもお好みでどうぞ！すべてのコースにチャパティ、ご飯、ダルスープ、サラダ、お飲み物がついています。	
	Vegetable or egg curry course 野菜または卵カレーコース	Seasonal vegetable curry or egg curry	季節のお野菜またはゆで卵のカレー	
	Chicken curry course チキンカレーコース	We start from buying chicken from the poultry house nearby. You can experience wringing the neck of a chicken. What does having meat mean...? It's a good opportunity to think about. Nice experience for children.	近くの鶏舎で鶏を買うところからスタートし、鶏を絞めてお肉にするところも体験できます。命をいただくことが本当はどういうことなのか、経験できるまたとない機会です。お子様にもおすすめです。	
	Fish or paneer curry course 魚またはパニールカレーコース	We can start from going to the fish market in Bodhgaya. Paneer is Indian cheese made by milk.	ブッダガヤの市場まで、お魚と一緒に買いに行くことも可能です。パニールは牛乳から作るインドのチーズ。ご馳走です。	
	Mutton curry course マトンカレーコース	Mutton is goat meat in India.	インドでマトンと言えば、ヤギのお肉。日本のヤギのように臭みもくせもなく、食べやすいです。	
Horse riding	Horse riding ホースライディング	You'll feel somewhat different when you get close to horses and they make you calm down when you touch them. You'll naturally feel relieved being with horse. It's recommended for kids also. (1h)	馬のそばに近寄ってみると、何となく気分が変わります。あたたかい馬にふれると、気持ちが落ち着きます。馬とふれあうことで、自然と自分の心がほどこけていくことを感じるでしょう。お子様にもおすすめです。(1時間)	
Wedding	Hindu wedding ヒンドゥー教結婚式	Experience the real Hindu Wedding! Ask details.	本物のヒンドゥー教の結婚式を体験しましょう。詳細はお問い合わせください。	

"Anything is possible in India." If you wish to do something, feel free to ask staffs.

『インドでできないことはない！』もし何かやりたいことがあれば、スタッフにお気軽にお尋ねください。