

大手印樂空圓融加行閉關 2021

Mahamudra Preliminaries Retreat 2021

(24 - 30)

日期 Date	時間表 Timetable	閉關 Retreat
修習上師瑜伽 Training in Guru Yoga 導引禪修環節 Guided Sessions		
24/1 星期日 Sunday	7:15 am – 8:30 am	第一節 Session 1
	10:30 am – 11:45 am	第二節 Session 2
	4:00 pm – 5:15 pm	第三節 Session 3
	7:30 pm – 9:00 pm	第四節 Session 4
25/1 星期一 Monday <i>赫魯嘎日</i> <i>Heruka Day</i>	7:15 am – 8:30 am	第一節 Session 1
	10:30 am – 11:45 am	第二節 Session 2
	4:00 pm – 5:15 pm	第四節 Session 4
	7:30 pm – 9:15 pm	《上師供養》 薈供 Offering to the Spiritual Guide Tsog puja
26/1 星期二 Tuesday	7:15 am – 8:30 am	第一節 Session 1
	10:30 am – 11:45 am	第二節 Session 2
	4:00 pm – 5:15 pm	第三節 Session 3
	7:30 pm – 8:45 pm	第四節 Session 4
27/1 星期三 Wednesday	7:15 am – 8:30 am	第一節 Session 1
	10:30 am – 11:45 am	第二節 Session 2
	4:00 pm – 5:15 pm	第三節 Session 3
	7:30 pm – 8:45 pm	第四節 Session 4
28/1 星期四 Thursday	7:15 am – 8:30 am	第一節 Session 1
	10:30 am – 11:45 am	第二節 Session 2
	4:00 pm – 5:15 pm	第三節 Session 3
	7:30 pm – 8:45 pm	第四節 Session 4
29/1 星期五 Friday	7:15 am – 8:30 am	第一節 Session 1
	10:30 am – 11:45 am	第二節 Session 2
	4:00 pm – 5:15 pm	第四節 Session 4
	6:00 pm – 9:15 pm	《護法大薈供》 Melodious Drum Puja
30/1 星期六 Saturday	7:15 am – 8:30 am	第一節 Session 1
	10:30 am – 11:45 am	第二節 Session 2
	4:00 pm – 5:15 pm	第三節 Session 3
	7:30 pm – 9:00 pm	第四節 Session 4