

菩提道次第導引禪修閉關

日期	時間表	閉關
2/1 星期四	7:30 pm – 9:00 pm	對寶貴人生的禪修 (教學)
3/1 星期五	9:00 am – 10:15 am	對寶貴人生的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	對死亡的禪修 (教學)
4/1 星期六	9:00 am – 10:15 am	對死亡的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	5:30 pm – 6:40 pm	《如意寶》薈供
	7:30 pm – 9:00 pm	對低道投生之危險的禪修 (教學)
5/1 星期日	9:00 am – 10:15 am	對低道投生之危險的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	問與答環節 1
	7:30 pm – 9:00 pm	皈依的禪修 (教學)
6/1 星期一	9:00 am – 10:15 am	皈依的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	業的禪修 (教學)

7/1 星期二	9:00 am – 10:15 am	業的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	出離心的禪修 (教學)
8/1 星期三	9:00 am – 10:15 am	出離心的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	下定決心要認出、減輕並斷捨我執無明 ——輪迴投生之根源的禪修 (教學)
9/1 星期四	9:00 am – 10:15 am	下定決心要認出、減輕並斷捨我執無明 ——輪迴投生之根源的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	下定決心走上實際的解脫之道 ——三增上學的禪修 (教學)
10/1 星期五	9:00 am – 10:15 am	下定決心走上實際的解脫之道 ——三增上學的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:15 pm	《供養上師》 薈供

11/1 星期六	9:00 am – 10:15 am	下定決心走上實際的解脫之道 ——三增上學的禪修 <i>(導引禪修)</i>
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	問與答環節 2
	5:30 pm – 6:40 pm	《如意寶》薈供
	7:30 pm – 9:00 pm	下定決心證得真實滅盡的禪修 <i>(教學)</i>
12/1 星期日	9:00 am – 10:15 am	下定決心證得真實滅盡的禪修 <i>(導引禪修)</i>
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	珍愛一切眾生的禪修 <i>(教學)</i>
13/1 星期一	9:00 am – 10:15 am	珍愛一切眾生的禪修 <i>(導引禪修)</i>
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	同體大悲心的禪修 <i>(教學)</i>
14/1 星期二	9:00 am – 10:15 am	同體大悲心的禪修 <i>(導引禪修)</i>
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	至善之心（菩提心）的禪修 <i>(教學)</i>

15/1 星期三	9:00 am – 10:15 am	至善之心 (菩提心) 的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	至誠修習六完善行之決心與承諾的禪修 (教學)
16/1 星期四	9:00 am – 10:15 am	至誠修習六完善行之決心與承諾的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	空性禪修的訓練 (教學)
17/1 星期五	9:00 am – 10:15 am	空性禪修的訓練 (導引禪修)
	11:30 am – 12:45 pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	7:30 pm – 9:00 pm	依止我們的精神導師的禪修 (教學)
18/1 星期六	9:00 am – 10:15 am	依止我們的精神導師的禪修 (導引禪修)
	11:30 am – 1:00pm	
	4:00 pm – 5:15 pm	
	6:00 pm – 7:10 pm	《如意寶》薈供