

<b>尊贵的禄顶堪仁波切闭关禅修</b> <b>(20 Oct – 01 Nov 2017)</b> <b>地点: Bojjhanga Bhavana Centre, Bali 巴厘岛觉支禅修中心</b>		传承上师弘法活动 /地点
20 Oct (Fri)	<b>抵达闭关道场</b>  1. 房间分配及熟悉环境.  2. 大众必须在这一天内就安顿妥当。	巴厘岛觉支禅修 中心
21 (Sat) to 22 Oct (Sun) Starting 9am	<b>闭关前开示:</b>  两场开示: 上午及下午  <b>必备资格: 必须已经领受过七天的金刚瑜伽母教学暨          身坛城及不可思议不共禅修(那洛巴传承金刚瑜伽母)</b>	巴厘中心大殿
23 to 24 Oct (Mon-Tue)	<b>闭关之前须做准备:</b>  <p style="text-align: center;">个人必备:</p> a) 金刚杵铃、手鼓 (可选择是否要用)及颅 器。  b) 十字杵座垫或复印十字杵图片并用薄片 粘合。  c) 念珠及计算珠  d) 金刚瑜伽母长轨及七天的教学材料包括 身坛城和不可思议不共禅修	

<p>25 Oct (Wed) 闭关开始</p>	<p><b>闭关开始：第 1 天</b></p> <p>4 场：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>第 1 场</b>: 5.30am to 7.00am</li> <li>2) 早餐: 7am</li> <li>3) <b>第 2 场</b>: 8.30am to 11am</li> <li>4) 午餐: 12 noon to 1pm</li> <li>5) <b>第 3 场</b>: 2pm to 5pm</li> <li>6) <b>问答时间 ( 仁波切开示 )</b> : 5.30pm to 6.30pm</li> </ol> <p><b>第 1 天没有问答时间</b>: 接下来的几天，仁波切会回答前晚提出的问题.</p> <p><b>问答时间 ( 仁波切开示 )</b> : 从第 2 天起</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7) <b>晚餐</b>: 6.30pm to 7.30pm</li> </ol> <p>晚餐时收集问题，以备明天问答时间之用。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>8) <b>第 4 场</b>: 7.30pm to 9.30pm</li> <li>9) <b>睡眠瑜伽</b> : 第 4 场闭关禅修后，闭关者必须以睡眠瑜伽立刻入睡。（不允许任何活动）</li> <li>10) 以眠起瑜伽睡醒起身</li> </ol>	<p>4 场闭关使用个人房间</p>
----------------------------------	---	--------------------

<p>26 Oct (Thu) to 29 Oct (Sun)</p>	<p><b>闭关：第 2 至第 5 天</b></p> <p>4 场:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>第 1 场:</b> 5.30am to 7.00am</li> <li>2) <b>早餐:</b> 7am</li> <li>3) <b>第 2 场:</b> 8.30am to 11am</li> <li>4) <b>午餐:</b> 12 noon to 1pm</li> <li>5) <b>第 3 场:</b> 2pm to 5pm</li> <li>6) <b>问答时间 ( 仁波切开示 ) :</b> 5.30pm to 6.30pm 仁波切会回答前晚提出的问题.</li> <li>7) <b>晚餐:</b> 6.30pm to 7.30pm 晚餐时收集问题.</li> <li>8) <b>第 4 场:</b> 7.30pm to 9.30pm</li> <li>9) <b>睡眠瑜伽 :</b> 第 4 场闭关禅修后，闭关者必须以睡眠瑜伽立刻入睡。（不允许任何活动）</li> <li>10) <b>以眠起瑜伽睡醒起身</b></li> </ol>	<p>4 场闭关使用个人房间</p>
<p>30 Oct (Mon)</p>	<p><b>闭关：第 6 天</b></p> <p>4 sessions:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>第 1 场:</b> 5.30am to 7.00am</li> <li>2) <b>早餐:</b> 7am</li> </ol>	<p>4 场闭关使用个人房间</p> <p>第 2 场简短的上午时段及火供将</p>

	<p><b>3) 第 2 场:</b> 8.30am to 9.30am (上午时段简短)</p> <p><b>4) 火供 :</b> 10am</p> <p><b>5) 午餐:</b> 12 noon to 1pm</p> <p><b>6) 第 3 场:</b> 2pm to 5pm</p> <p><b>7) 问答时间 ( 仁波切开示 ) :</b> 5.30pm to 6.30pm</p> <p>a. 仁波切会回答前晚提出的问题.</p> <p><b>8) 晚餐:</b> 6.30pm to 7.30pm</p> <p>晚餐时收集问题.</p> <p><b>9) 第 4 场:</b> 7.30pm to 9.30pm</p> <p><b>10)睡眠瑜伽 :</b> 第 4 场闭关禅修后, 闭关者必须以睡眠瑜伽立刻入睡。( 不允许任何活动 )</p> <p><b>11)以眠起瑜伽睡醒起身</b></p>	<p>会在火供场地进行</p>
<p>31 Oct (Tue)</p>	<p><u>闭关圆满日: 第 7 天</u></p> <p>两场:</p> <p>1) <b>第 1 场:</b> 5.30am to 7.00am</p> <p>2) 早餐: 7am</p> <p>3) <b>第 2 场:</b> 8.30am to 9.30am (上午时段简短)</p>	<p>两场闭关使用个人房间</p> <p>第 2 场简短的上午时段及荟供</p>

	4) 整个闭关禅修以荟供作总结: 10am 5) 午餐: 12 noon to 1pm	
01 Nov (Wed)	离开巴厘	