

SUN 日	MON	TUE 二	WED 三	THU	FR 五	SAT 六
				1	2	3 4 Foundations: 50 Prostrations & 108 Times Vajrasattva 100-Syllable Mantra 四加行: 50遍大禮拜及誦念108遍金剛薩陞百字明咒 晚上 8:00
4	5	6 Salutation & 30-min Meditation 禮拜及30分鐘禪坐 晚上 8:00	7	8	9 Mahakala Tshok 大黑天金剛 薈供 晚上8:15	10 4 Foundations: 200 Times Vajrasattva 100-Syllable Mantra 四加行: 誦念200遍金剛薩陞百字明咒 晚上 8:00
11	12	13 Green Tara 甚深精要度母短軌 (共修) 晚上8:00	14	15 Amitabha 極樂淨土修持簡軌 (共修) 晚上8:00	16	17 4 Foundations: 200 Times Vajrasattva 100-Syllable Mantra 四加行: 誦念200遍金剛薩陞百字明咒 晚上 8:00
18 Phowa 破哇法 下午4:00 Medicine Buddha Puja 藥師佛法會 晚上 8:15	19	20	21 Guru Rinpoche Tshok Offering 蓮花生大士法會暨薈供 晚上 8:15	22	23	24 4 Foundations: 200 Times Vajrasattva 100-Syllable Mantra 四加行: 誦念200遍金剛薩陞百字明咒 晚上 8:00
25 1000-Arm Avalokitesvara – 1 Day Retreat of 8 Precepts 千手千眼觀音 八關齋戒 早上8:30 必須報名每位\$100	26 Milarepa's Guru Yoga and Tshok Offering 密勒日巴上師相應法兼薈供 晚上 8:15	27	28 Manjusri 淨除無明暗鈍五字文殊修持儀軌 (共修) 晚上 8:00	29	30	31 4 Foundations: 200 Times Vajrasattva 100-Syllable Mantra 四加行: 誦念200遍金剛薩陞百字明咒 晚上 8:00



宗南(香港)佛學會
U.T.B.F. (HK) Ltd.

香港銅鑼灣百德新街51號
華爾大廈9字樓A座
網址: utbfhk.org
電郵地址: info@utbfhk.org
©宗南(香港)佛學會
有限公司2017

法友須知: 中心共修及法會由本中心上師- 喇嘛謝立Lama Sherab主持。中心開放時間為佛法活動開始前三十分鐘, 佛法活動完結後三十分鐘關門。

所有共修及法會活動由本中心上師- 喇嘛謝立Lama Sherab 決定最終一切修法及儀軌內容。

惡劣天氣警告生效時, 當日活動將取消。凡教學講座或共修活動於原定時間開始前三小時除下八號風球黑色暴雨警告, 活動照常舉行。否則惡劣天氣下活動自動取消。以上資料如有更改, 則以本會發出之電郵公告為準。