

## 2021/02/25~02/28 元宵燃燈祈福大法會暨開年古典瑜伽課程

### 2/25(四)晚上六點到九點：元宵燃燈祈福大法會！

九點到十一點：團圓聚餐自由餐會及：難得和平古儒共餐聊天及自由供養！

### 2/26(五)早上十點：開年祈福儀式！

早課：拙火的點燃！寶瓶真眼輪拙火靜心中祈福給眾生及家人！（免費傳授！）；十二點午餐！

下午兩點開課：從數息到內觀的禪定中、用慈心觀帶動祝福及迴向給眾生及家人！下午四點：阿羅瑜伽的四種燃燒！三個小時的持續減肥燃燒脂肪及血糖！爽！七點下課！

### 2/27(六)上午十點到十二點法帶複習、十二點午餐！

下午二點古典瑜伽的來龍去脈、四部經典的介紹、及各門各派的瑜珈覺悟者的學說介紹！

下午五點到七點阿羅瑜伽的四種燃燒！

### 2/28(日)上午十點到十二點看星期六法帶複習。

下午兩點、佛陀的究竟法真實的介紹！繫若禪定波羅密的真實介紹！

下午五點：佛陀的拙火氣輪介紹！及阿羅瑜伽的肌耐力！

七點結束！