



德欽穹閣《薩嘎達瓦》全球億遍蓮師心咒共修

(2020 年 6 月 1 日 - 2021 年 5 月 20 日)

對於那些至誠祈願自他二利的弟子，上師高度鼓勵大家必須在規定的時間內完成特定的念誦數目。這是為了符合根據金剛乘傳授關於咒語念誦的基本要求。此咒語所需的數目是 1,200,000（120 萬遍的念誦），即：每天至少 3,500 遍。參與者可以按照自身的時間和義務，自行決定以下共修的級別。無論您承諾念誦的數量多寡，但只要誠心參與共修，最終每人都能得到一億遍的功德利益。所以，希望大家都能積極參與為期一年億遍共修，它是非常殊勝且極具加持力的。

ཨོཾ་ཧཱུྃ་བཙ་གུ་རུ་པཎ་སིདྱི་ཧཱུྃ་
OM AH HUNG BENZRA GURU PEMA SIDDHI HUNG
嗡阿吽 班扎 咕汝 貝瑪 悉地 吽

(如果如果時間允許，每天念誦至少 3500 遍；可以分成 2 節進行)

估計每天完成咒語念誦所需的時間：

每天咒語念誦的數目	估計所需的時間	在規定時間內完成的念誦 (~360 天)	CG 確吉恭波推薦的共修級別
500	10-15 minutes (分鐘)	180,000	👍
1,000	20-30 minutes (分鐘)	360,000	👍👍
2,000	45-60 minutes (分鐘)	720,000	👍👍👍
3,500	70-90 minutes (分鐘)	1,260,000	👍👍👍👍
5,000	100-120 minutes (分鐘)	1,800,000	🙌
10,000	180-210 minutes (分鐘)	3,600,000	🙌

* 我們需要額外增加 10% 的念誦數量，以彌補任何錯誤或誤計。