

居士林研修日程表

H24 現在

日帰りコース	
先 10:30	までに居士林に到着のこと
10:45	入所式、日程の説明
11:45	正食(=昼食)
12:45	坐禅止観または写経
14:15	法話(お坊さんのお話)
15:15	退所式

1泊2日コース			
《1日目》		《2日目》	
先 14:30	までに居士林に到着のこと	5:00	覚心(=起床)
15:00	入所式、日程の説明	5:15	坐禅止観
16:30	坐禅止観の解説、実修	6:30	浄土院参拝
18:00	非食(=夕食)	7:00	錬成(=体操、森林浴を兼ねたウォーキング、ジョギング)
19:00	講話(比叡山についての話、ビデオ鑑賞)	7:30	作務(=清掃)
20:00	開浴(=入浴)	8:00	小食(=朝食、朝がゆ)
21:00	放心(=就寝)	9:00	写経
		11:00	法話(お坊さんのお話)
		12:00	正食(=昼食)
		13:00	退所式

2泊3日コース					
《1日目》		《2日目》		《3日目》	
先 14:30	までに居士林に到着のこと	5:00	覚心(=起床)	5:00	覚心
15:00	入所式、日程の説明	5:15	坐禅止観	5:15	坐禅止観
16:30	坐禅止観の解説、実修	6:30	浄土院参拝	6:30	錬成
18:00	非食(=夕食)	7:00	錬成(=体操、森林浴を兼ねたウォーキング、ジョギング)	7:30	作務
19:00	講話(比叡山についての話、ビデオ鑑賞)	7:30	作務(=清掃)	8:00	小食
20:00	開浴(=入浴)	8:00	小食(=朝食、朝がゆ)	9:00	法話
21:00	放心(=就寝)	9:00	写経	10:00	退所式
		11:00	法話(お坊さんのお話)		
		12:00	正食(=昼食)		
		13:00	山内巡拝		
		17:00	坐禅止観		
		18:00	非食		
		19:00	座談会(お坊さんとのお話)		
		20:00	開浴		
21:00	放心				

※上記日程の中で、「自主研修」をされる時や、その他の要望がある場合は、事前にご相談ください。