

坐禅会へのお誘い

12月8日はお釈迦様の成道忌。修行道場では1日から8日まで坐禅に明け暮れます（臘八接心と言います）。光照寺では、一日限りですが坐禅に集中する日を設けました。

坐禅は7回、お経は4回ありますが、どの回に来て、途中で帰っても結構です。宗派問わず、どなたでも参加できます。当日都合のよい時間においでください。

12月10日（日）の日程

- ① 坐禅（暁天） 5：00～5：40
- ② 朝課（朝のお勤め） 6：00～7：00
- ③ 朝食（お粥）（要申込） 7：10～7：40
- ④ 坐禅 8：00～8：40
- ⑤ 坐禅 9：00～9：40
- ⑥ 成道会諷経 10：00～10：20
- ⑦ 坐禅 10：40～11：20
- ⑧ 日中（昼のお勤め） 11：40～12：00
（昼食は各自で）
- ⑨ 坐禅 13：30～14：10
- ⑩ 坐禅 14：30～15：10
- ⑪ 坐禅 15：30～16：10
- ⑫ 晩課（夕のお勤め） 16：30～16：45

◎いつ来ても、いつ帰っても、途中で止めてもOK

◎イス坐禅もOK

◎朝食（お粥）希望の方は、前日までに電話でお申込みください。（無料です）

◎坐禅、諷経は事前申込不要です。お好きな時間においでください。

地藏様とあじさいの寺

三條市矢田 **光照寺**

電話：0256-45-2508



十二月十日（日）

参禅無料

一日接心坐禅会