

# 一畑薬師・五月坐禅会のご案内

～暑くもなく寒くもない一年でもっとも坐りやすい新緑したたる季節に坐ります。～

総本山一畑寺(電話:0853-67-0111)

〒691-0074島根県出雲市小境町803

ホームページ <http://ichibata.jp/>

◆期日

平成29年 5月13日(土)～14日(日)

◆会場

一畑薬師・法堂<sup>はつとう</sup> (薬師本堂から石段130段下ったお堂)

◆スケジュール (都合により変更することがあります)

5月13日(土)

- ・ 19:30～ 集合(法堂)
- ・ 19:45～21:15 坐禅
- ・ 21:15～21:30 茶礼-されい-
- ・ 21:30～22:00 法話
- ・ 22:10～22:30 坐禅
- ・ 22:30～ 解定-かいちん-(就寝)

5月14日(日)

- ・ 05:00～ 開静-かいじょう-(起床)
- ・ 05:30～06:30 坐禅
- ・ 06:35～07:10 粥座-しゆくざ-(朝食)
- ・ 07:30～08:00 朝課(おつとめ)
- ・ 08:30～09:30 作務-さむ-(清掃)
- ・ 09:30～10:00 茶礼のち解散

坐禅

法話

作務



◆参加費

2,000円 \*(一日 500円×2、宿泊 1,000円)

◆対象

大人(中学生以上) \* 初心者の方指導いたします。

◆準備品

坐禅のしやすい服装(ゆったりとしたズボンとシャツ、作務着など)

洗面具/寝間着/シーツ2枚/ぞうり又はサンダル/懐中電灯/保健証

タオル1枚(夜は枕カバーに、朝は雑巾に、最後はお寺にご寄贈下さい)

食事作法

参加申込書 〆切 5月11日(木)

| 参加者氏名 | 性別  | 年齢 | 住所、TEL     |
|-------|-----|----|------------|
|       | 男/女 |    | 〒<br>( ) - |
|       | 男/女 |    | 〒<br>( ) - |

◆連絡先(一畑寺)電話:0853-67-0111/FAX:67-0115