

# 作息表

第一天 (星期四)	第二天 (星期五)	第三天 (星期六)	第四天 (星期日)	
4:10~5:00 起板、叩鐘、擊鼓				
5:00~6:40 早課、說戒				
6:40~8:00 早齋、個人時間				
8:10~12:00 演禮、說戒		8:00~11:30 懺摩、正授		
12:00~13:45 午齋、午休				
13:00~14:30 報到、安單	14:00~16:20 演禮、說戒	13:00~14:00 誦戒		
15:30~17:00 灑淨	16:20~17:00 晚課	14:00~16:00 圓滿、善後		
17:00~18:00 藥石、盥洗、個人時間				
18:30~19:30 安位	18:30~19:00 懺摩	18:30~19:30 懺摩		
19:30~21:30 規矩講解	19:00~21:30 說戒、演禮	19:30~21:30 授幽冥戒		
21:30~22:00 擊鼓、叩鐘、安板				