

# 表间时香支每七禅寺童天波宁

晚十支香	晚八支香	晚六支香	晚四支香	养息香	晚课香	午四支香	午板香	早六板香	早四支香	早板香	早课香	打报钟吃开水 三点半四板
三个起字 三个圈子	四个起字 四个圈子	六个起字 六个圈子	六个起字 四个圈子	四个起字 三个圈子	四个起字 三个圈子	四个起字 四个圈子	六个起字 六个圈子	三个起字 三个圈子	四个起字 四个圈子	四个起字 四个圈子	四个起字 四个圈子	几个起字 几个圈子
行坐三十分 十一刻三刻开静	十刻三刻止静 十一刻一刻开静	九刻一刻止静 十刻一刻开静	八刻一刻止静 八刻三刻开静	六刻止静 七刻一刻开静	二刻半止静 三刻开静	一刻一刻止静 二刻开静	十一刻三刻止静 十二刻三刻开静	十刻一刻止静 十刻三刻开静	八刻三刻止静 九刻半开静	七刻一刻止静 八刻一刻开静	四刻三刻止静 五刻三刻开静	止静时间 开静时间
放养息 听三板	开静 站板开示	吃豆浆 静中警策 站板开示	吃茶开大静 站板警策开示	开静吃包子 二板吃茶	开静养息 站板开示	开静吃点心 站板开示	开静吃茶 静中警策 二板吃茶 行大行	过午堂 闻梆声开静	开静吃水果汤 站板开示	行大行 二板开示	过早堂 闻梆声	备注