

表间时香支每七禅寺门云源乳

大解七早板香考功 静中警策 静中讲话毕开静洗脚	小解七放晚六八支香 和尚静中讲话开静	十支香	八支香	六支香	四支香	养息香	晚课香	四支香	午板香	六支香	四支香	早板香	早课香	香名	早上四点十五分打四板上早殿
		11:30	10:30	9:00	7:50	5:45	3:00	1:20	11:30	10:00	8:20	6:30	5:00	起香	
		三	四	六	六	四	四	四	六	三	四	四	四	起字	
		三	四	六	四	三	三	四	六	三	四	四	三	圈子	
			行坐一支香	行大行	扣大行	足小行	足小行	扣大行	足小行	行坐一支香	扣大行	足大行		行香	
				9:30	8:30	6:30	3:30	2:00	12:20		9:00	7:30	止静		
		12:00	11:30	10:30	9:00	7:30	4:00	2:50	1:20	11:00	9:50	8:20	6:00	开静	
				60 分钟	30 分钟	60 分钟	30 分钟	50 分钟	60 分钟		50 分钟	50 分钟		静坐	
		打三板开静	讲开示	吃豆浆 静中警策	喝茶 讲开示 打警策	吃包子 喝茶	放养息	吃放餐 讲开示	喝茶 静中警策 开静 喝梨子汤	过堂 开梆	吃点心 讲开示 开静	吃水果 讲开示 开静	过堂 喝茶 听开梆	备考	