

Musangsa Temple Stay Schedule

무상사 템플스테이 시간표

SATURDAY

Time 시간	내용	Contents
2:00 pm	입방, 접수	Arrival/registration/accommodation
2:15 pm	오리엔테이션	Orientation
4:30 pm	저녁 공양	Dinner (optional)
6:00 pm	저녁 예불	Evening chanting
7:00 – 7:40 pm	좌선	Sitting Zen
Around 09.00 pm	취침	Sleep, Lights out

SUNDAY

Time 시간	내용	Contents
4:00 am	기상	Wake up
4:25 am	108 배	108 bows
5:00 am	아침 예불	Morning Chanting
5:40 am	좌선	Sitting Zen
6:10 am	아침 공양	Breakfast
6:40 am	운력	Work period
7:30 a.m	대중모임/ 차담	tea break
8:30 am	휴식	Rest / Cleaning room
9:00 am	산행/사시마지	Hiking if no rain/ Sashi maji if raining/ tea with Sunims
11.10 a.m	점심 공양	Lunch
12:30 pm	출발	Departure
1.00 pm-2.30 pm	젠 카페 (선택적)	Zen Cafe (optional)

PLEASE OBSERVE SILENCE 9:00pm ~ Until Breakfast next morning

오후 9시부터 다음날 아침 공양 때까지 묵언해 주십시오.