

	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
새벽	5:00 AM 사홍서원, 108 배 5:20 AM 예불 5:45-6:25 AM 40 분 좌선	5:00 AM 사홍서원, 108 배 5:20 AM 예불 5:45-6:25 AM 40 분 좌선	5:00 AM 사홍서원, 108 배 5:20 AM 예불 5:45-6:25 AM 40 분 좌선	5:00 AM 사홍서원, 108 배 5:20 AM 예불 5:45-6:25 AM 40 분 좌선	5:00 AM 사홍서원, 108 배 5:20 AM 예불 5:45-6:25 AM 40 분 좌선	5:00 AM 사홍서원, 108 배 5:20 AM 예불 5:45-6:25 AM 40 분 좌선	명상센터 휴무
오전		10:00-12:00 명상 센터 개방	10:00-12:00 명상 센터개방	10:00-12:00 명상 센터개방	10:00-12:00 명상 센터개방		
오후		2:00-4:00 PM 명상 센터개방	명상 센터 닫음	2:00-4:00 PM 명상 센터개방	2:00-4:00 PM 명상 센터개방		
저녁	7:00 PM 예불 7:25-8:05 PM 40 분 좌선	7:00 PM 예불 7:25-8:05 PM 40 분 좌선	7:00-8:00 PM 명상 기초반	7:00 PM 예불 7:25-8:05 PM 40 분 좌선	7:00 PM 예불 7:25-8:05 PM 40 분 좌선	7:00 PM 예불 7:25-8:05 PM 40 분 좌선	

- 대전 명상센터는 누구나 이용 가능하며, 새벽, 저녁 수행 시간에도 동참이 가능합니다.
- 4 주동안 명상 기초반을 진행합니다. 명상에 관심 있는 모든 분들은 첫 주를 제외하고 신청자에 한해 참석이 가능합니다.
- 명상 기초반 - 4 주 진행 과정
 - 1 째 주 - 과정 소개 및 오픈 하우스 명상에 관심 있는 누구나 참여 가능
 - 2 째 주 - 왜 참선을 하나요? 신청자에 한해 참여 가능
 - 3 째 주 - 왜 절을 하나요? 신청자에 한해 참여 가능
 - 4 째 주 - 왜 염불을 하나요? 신청자에 한해 참여 가능
- 매달 2 번째주 토요일 오전 9:00 시부터 오후 3:00 시까지 하루 참선 수행 프로그램이 있습니다.
- 명상 기초반과 하루 참선 수행 프로그램에 참여하시고 싶은 분은 무상사 이메일 office@musangsa.org 또는 사무실 042-841-6084 로 문의 바랍니다.