

## Musangsa Retreat Daily Schedule

시간(Time)	내용	Contents
<b>3:00 am</b>	도량석, 기상	Do Ryang Sok, Wake Up
<b>3:25</b>	사홍서원, 108배	108 bows in Zen Room
<b>4:00-4:25</b>	아침 예불	Morning Chanting
<b>4:40-6:00</b>	좌선	Sitting Zen
<b>6:10</b>	아침 공양	Breakfast
<b>6:40-7:40</b>	운력 시간	Work Period
<b>7:40-8:00</b>	차 시간	Tea Break
<b>9:00-11:00</b>	좌선, 죽비 마지	Sitting Zen & Rice Offering
<b>11:10</b>	점심 공양	Lunch
<b>1:30-4:30 pm</b>	좌선	Sitting Zen
<b>4:30</b>	저녁 공양	Dinner(optional)
<b>6:00-6:45</b>	저녁 예불	Evening chanting
<b>7:00-9:00</b>	좌선	Sitting Zen
<b>9:20</b>	취침	Sleep, Lights Out

일요일 오후 3:00 법문  
 화요일, 금요일 선문답

Sunday 3:00 p.m Dharma talk  
 Tuesday and Friday Kong-an Interviews