

1 永平寺座禅研修を希望する場合の手順

- ①希望者は、「希望 FAX」を教育総合研究所へ送る。締切 4 月 20 日（金）
- ②研究所は調整後、4 月 27 日（金）までに希望者全員へ参加の可否を FAX で知らせる。

2 永平寺座禅研修について（『永平寺参籠のしおり』より）

《参籠とは》

永平寺に宿泊し、禅寺の修行生活に触れることにより、各々の信仰心を深めていただくことを目的としたもので、それゆえ旅館、ホテルなどの宿泊とは異なります。

- ・到着後は、こちらの定めた日程にしたがって行動していただきます。
- ・参籠中は原則として外には出られません。
- ・境内地での喫煙、飲食行為は堅くお断りいたします。

以上あらかじめご了承ください。

《日程表》

| 【1日目】 8月1日（水） | 【2日目】 8月2日（木） |
|---------------------|-------------------|
| 15:00 集合（現地集合場所：龍門） | 3:10 起床 |
| 上山、入浴 | 3:50 法話または座禅（60分） |
| 17:30 薬石（夕食） | 5:00 朝課（朝のおつとめ） |
| 18:20 座禅（40分） | 講堂案内 |
| 法話（60分） | 小食（朝食） |
| 映画（30分） | 9:00 下山、解散 |
| 21:00 開枕 | |

《持ち物》

- ・タオル、歯ブラシ、シャンプー等の洗面用具
- ・坐禅のしやすい服装（ジャージ等）*浴衣は準備してあります。

《その他》

- ・永平寺には駐車場を設けておりませんのでご了承ください。車でお越しの方は町営駐車場等の利用をお願い致します。
- ・山内の喫煙は、指定の喫煙所をお願いします。
- ・飲酒行為は堅く禁止いたします。