

## CHƯƠNG TRÌNH PHẬT NHẤT. NIỆM PHẬT ĐƯỜNG A-DI-ĐÀ, BRISBANE-AUSTRALIA

### **Buổi Sáng Sớm: (05:00 -> 07:00)**

- 04:30 : Đánh thức.
- 04:50 : Vận tập chánh điện.
- 05:00 : Công phu sáng sớm.
  - Lễ Phật 3 lạy – Xong ngồi xuống - Mở máy MP 3 để niệm theo (gồm có):
  - Niệm Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật (3 lần)
  - Khai kinh kệ...
  - Tụng kinh A-Di-Đà (1 biến).
  - Chú Vãng Sanh (3 biến).
  - Xưng tán Phật A-Di-Đà.
  - Niệm Phật theo đĩa chung (45 phút - Đã thâu sẵn trong máy)
  - 5 phút tịnh niệm.
  - 5 phút thư giãn (xoa bóp nhẹ).
  - 30 phút lạy Phật (Sám Hối!).
  - Hồi hướng công đức.
 (Tất cả đều có thể mở máy để dựa theo công phu).
- 08:00 : Dừng điểm tâm sáng.

### **Buổi Sáng: (09:00 -> 12:00)**

- 08:50 : Vận tập chánh điện.
- 08:55 : Trống “Hội Chúng”
- 09:00 : Ban Hành Lễ vào Chánh Điện - Khai lễ.
  - Tán Liên Trì-
  - Tụng kinh A-Di-Đà (1 biến).
  - Chú Vãng Sanh (3 biến).
  - Xưng tán Phật A-Di-Đà.
  - Kinh hành - Niệm Phật 6 chữ (3-> + vòng).
  - Trở về hàng - Ngồi xuống - Giảm ánh sáng - Niệm Phật Địa chung thời 1 và thời 2. (Mỗi thời khoảng 20 phút).

Giữa thời địa chung 1 và 2 (có thể) nghe khai thị (15 phút).

- Sau thời địa chung Niệm Phật 2: (Tán) Nguyễn Vãng Sanh.
- 5 phút buông thư (có thể ngồi thư giãn để xoa chân...).
- Lễ Phật 12 lạy.
- Kinh Hành - Niệm Phật 6 chữ (3-> + vòng).
- Trở về hàng - Ngồi xuống - (Giảm ánh sáng) - Niệm Phật địa chung thời 3 và thời 4.
- Sau thời 4 - Nguyễn Vãng Sanh.
- 5 phút buông thư.
- Duy-Na dẫn chúng kinh hành theo máy, chờ Hộ Thất báo giờ thọ trai. (khoảng 11:50).
- 11:50->13:60: Thọ trai - Chỉ Tĩnh - Hoặc tự công phu.

### **Buổi Chiều: (14:00 -> 17:00)**

- 13:50 : Đại chúng vân tập chánh điện.
- 13:55 : Trống Hội Chúng.
- 14:00 : Ban Hành Lễ vào Chánh Điện - Khai lễ.
  - Xưng tán Phật A-Di-Đà.
  - Kinh hành - Niệm Phật 6 chữ (3-> + vòng).
  - Trở về hàng - Ngồi xuống - (Giảm ánh sáng) - Niệm Phật Địa chung thời 1 và thời 2. (Mỗi thời khoảng 20 phút).
- Giữa thời địa chung 1 và 2 (có thể) nghe khai thị (15 phút).
- Sau thời địa chung Niệm Phật 2: (Tán) Nguyễn Vãng Sanh.
- 5 phút buông thư (có thể ngồi thư giãn để xoa chân...).
- Lễ Phật 12 lạy.
- Kinh Hành - Niệm Phật 6 chữ (3-> + vòng).
- Trở về hàng - Ngồi xuống - (Giảm ánh sáng) - Niệm Phật địa chung thời 3 và thời 4.
- Sau thời 4 - Nguyễn Vãng Sanh.
- 5 phút buông thư.
- Duy-Na dẫn chúng kinh hành theo máy, chờ Hộ Thất báo giờ thọ trai, (khoảng 16:50).
- 16:50->17:50: Dùng phi thời. Dùng cơm chiều xong, xin sớm trở lại chánh điện kinh hành, lạy Phật.  
(Không có nghỉ chiều)

**Buổi Tối: (16:00 -> 18:30)**

- 17:50 : Hộ Thất hướng dẫn Đại chúng sắp hàng.
- 17:55 : Trống hội Chúng.
- 18:00 : Ban Hành Lễ vào Chánh Điện - Khai lễ.
  - Xưng tán Phật A-Di-Đà.
  - Kinh hành - Niệm Phật 6 chữ (3-> + vòng).
  - Trở về hàng - Ngồi xuống - (Giảm ánh sáng) - Niệm Phật Địa chung thời 1 và thời 2. (Mỗi thời khoảng 20 phút).  
Giữa thời địa chung 1 và 2 (có thể) nghe khai thị (15 phút).
  - Sau thời địa chung Niệm Phật 2: (Tán) Nguyễn Vãng Sanh.
  - 5 phút buông thư (có thể ngồi thư giãn để xoa chân...).
  - Lễ Phật 12 lay.
  - Kinh Hành - Niệm Phật 6 chữ (3-> + vòng).
  - Trở về hàng - Ngồi xuống - (Giảm ánh sáng) - Niệm Phật địa chung thời 3 và thời 4.
  - Niệm: “Nam Mô Quán Thế Âm Bồ tát” (5 phút).
  - Niệm: “Nam Mô Đại Thế Chí Bồ Tát” (3 lần).
  - Niệm: “Nam Mô Địa Tạng Vương Bồ Tát” (3 lần).
  - Niệm: “Nam Mô Thanh Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát (3 lần).
  - 5 phút buông thư.
  - Hồi hướng công đức (chung và riêng).
  - Tụ tam quy y.
- 20:30 : “Niệm Phật Hồi Liêu” - Hoàn Mãn.

