



生活リズムが

乱れがちな

あなたへ



「おはよう」「いつてきます」「ただいま」「おやすみなさい」……。最後に口に出したのはいつでしようか。

朝目覚め、今日のいのちをいただき、そして、自分なりに精一杯生きましたと、夜眠りにつく。そんな生活から遠ざかってしまったあなた。朝、夕、ご本尊に手を合わせて、一日一日を確かに生きる。そんな生活を取り戻してみませんか。

ご本尊に手を合わせることは、大切な一日一日をかみしめて生きることなのです。