

「おはよう」「いってきます」
「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ょうか。
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。

生活リズムが 乱れがちなあなたへ

