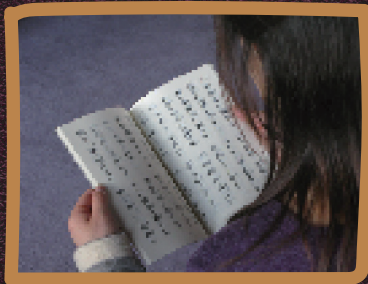
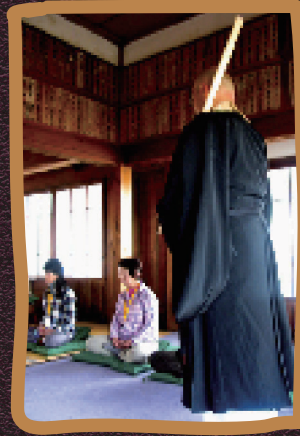


坐 禅

情報に満ち溢れた日常

静寂の中で呼吸を整え

心もからだもリセットしてみませんか



と

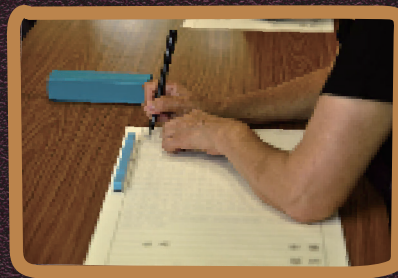


写 経

一心に経典の一字一字を写しとる

自分自身と向き合い

心静かなひとときを過ごしてみませんか



主 催 みほのお寺めぐりの会