新しい朝の習慣

「日曜坐禅・朝のお勤め&体操」

お寺では毎朝、5時から坐禅・朝のお勤めをしています。 そこで、皆さんをお誘いしてみようかなと思いました。

第1・2・3日曜日の早朝。 ※第4日曜を除く

一緒に坐ってみませんか。新しい日曜朝の習慣を創りましょう。

11月は2日・9日・16日です12月は7日・14日・21日です

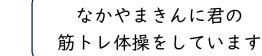
5:00~5:25…坐禅



6:30~6:40…体操

5:30~6:20 ・・朝のお勤め







問い合わせは 072-793-0203 岡本寺まで(平日 10 時~16 時)