

## 今日一日の誓いのことば

- 一、今日も一日、自分の目の前に 現れてくる すべての事は、当然の結果であると識り、その原因を 自分の内に 求めるように 努めます。
- 二、今日も一日、反省 お詫び 懺悔して、心を入れかえ、正しく生きるように 努めます。
- 三、今日も一日、目の前に 現れてくる すべての事を 肯定的に 判断し、心から ありがたい ありがたいと 感謝できるように 努めます。
- 四、今日も一日、生き生きにこにこと、微笑み あふれる 笑顔で 生活するよう 努めます。
- 五、今日も一日、健康的で 明るく 正しい事を、健康的で 明るく 正しい様に 心で想い、言葉で語り、身体で 実行するよう 努めます。
- 六、今日も一日、辛苦を伴う 為になる事には 積極的に 挑戦し、歡喜を伴う 不善の事には、積極的に 不行をするよう 努めます。
- 七、今日も一日、粗衣 粗食に徹し、人間として 正しい 異性関係を保つように 努めます。
- 八、今日も一日、短眠、小食、多動、多考を 楽しむように 努めます。
- 九、今日も一日、あらゆる機会と 立場を通じて 人世の為に 尽くしきらせて頂き、その中に 喜びを 感じるように 努めます。
- 十、今日も一日、具体的に 目標を設定し、現状認識したうえで、その差を 埋めるように 工夫するよう 努めます。
- 十一、今日も一日、相手と私、時間 空間 場所、そして 物や金、立場 その他一切の環境を、効果的 能率的に 正しく活用するよう 努めます。
- 十二、今日も一日、端座冥想し、万物同根同一体、そして本来の自分は 永遠無限の存在である事を 悟るように 努めます。
- 十三、今日も一日、すべての人が 健康で 元気でありますように、心豊かで 幸せでありますように、そしてまた どんどんと 繁栄の道を歩み、自在自由で 平穩ならんことを 心より 祈り捧げるように 努めます。

もとはこちら会 平井謙次

著書「もとはこちら」に、詳細な解説文あり