人間の尊さにめざめ 自分の生活も他人の生活も大切にしましょう　『妙心寺派生活信条』

いのちの尊さにめざめ
自分のいのちも他人のいのちも大切に

おかげさまの心 忘れずに

自分が支えられ
生かされていることに感謝しましょう

咳エチケットの おもいやり

お互いに気配りして
みんなの身(からだ)を守りましょう

うがい手洗い いつも清潔

毎日の習慣で
身(からだ)も心もきれいに保ちましょう

誤解や偏見 差別はダメ

あなたもわたしも仏さま
分(わ)け隔(へだ)てなくなかよくしましょう

食事は静かに 感謝しながら

掌(て)を合わせて
静かにいのちをいただきましょう

こまめに換気 リフレッシュ

気持ちも入れかえ
さわやかな心ですごしましょう

人との間隔 気づかって

身(からだ)は離れていても
心の手をつないでいきましょう

体調ダウンは 無理せず休む

心身の声を聴(き)いて
自分をいたわり早めに休みましょう

自分を見つめる 時間が大切

ゆっくり深呼吸して
自分と向き合い心を調(ととの)えましょう

妙心寺派 花園会本部