

題名

『一日一生』

本を読む？！

作者は 天台宗の僧侶である。

酒井雄哉さん。この方は、

比叡山延暦寺の千日回峰行を

2度も満行しました。でも昔は職を転々と
ある人生。。。なぜ過酷な行に耐えられたのか!?

★ 千日回峰行とは...

7年にわたる修行で、1日も休まずに山道を歩き、
最後の9日間は、断食・断水・不眠・不臥(横に
ならない)状態で、真言(お経)を唱える。

内容

修行中に体験したことを、
毎日生きる私達の人生に置き換えて、色々な
考えを教えてください。

名言

「今日失敗したからって
へたへたすることはない。
落ち込むことはない。
明日はまた新しい人生が
生まれてくるじゃないか。」