

実業之日本社の新刊案内(一般教養)

お坊様が教える！ こころを調える レッスン帳

大丈夫、あなたはきつとうまくいきます。
1日5分の読み書き修行で、
幸せなところが身につく！

新書判 152ページ
定価：1155円(本体1100円+税)



女性の生き方、ライフスタイルコーナーがおすすめです！

新進気鋭のお坊様たちが、
等身大の言葉で、真正面からあなたの
《恋》、《仕事》、《お金》、《美容・健康》などの悩み、苦し
みと向き合います。また、各お坊様の言葉の隣りに設けられた
「こころを調えるレッスン」のページでは、今日1日のあなた
を振り返り、自由に書き込むことができます。
コラム「仏前結婚式」、「お寺ヨガ」、「禅ボディワーク」、写経の
ための「般若心経」原文と訳文もついています。

仁パブリッシング発行

実業之日本社 発売

実業之日本社 TEL / 03-3535-4441

FAX 03-3562-4313

注文書

貴店印	ご注文数	実業之日本社 TEL / 03-3535-4441 FAX / 03-3562-4313
	冊	お坊様が教える！こころを調えるレッスン帳 ISBN : ISBN978-4-408-21516-7 発売中 新書判 152ページ 定価：1155円(本体1100円+税)