

こころは、いつも青空のまま。

vol.01
2009/04.20

宝彩BBマガジン

創刊号・目次

創刊のあいさつ	2
[特集記事] 幸せって・・・	3
[特集記事] 修行の手応え、それはどんどん変わる	4
[特集記事] 私の大切な宝物	5
[特集記事] 修行のおかげで得た気づき	6
[特集記事] 世界は、変わる。私も、変わる。	7
[私が好きな一冊] 『気楽なさととり方』	8
[修行との出会い] 雷に打たれたような衝撃でした	8
[修行との出会い] 私も、気楽なさととり方	9
[私が好きな言葉] だから、気楽なさととり方	9
[連載] チマ茸の第一段階(第1回)	10
[連載] 宝彩有菜のバガヴァッド・ギター(第1回)	12
[連載] プロGRESS コメント特選	16
[修行体験談] 自己尊立コースのすすめ	17
[瞑想体験の紹介] 過去情報の閲覧は、楽しいです	17
[私、捨てます宣言] 心配を手放すことに決めました	18
[人生は素晴らしい] 夫婦で瞑想?!	18
[瞑想会の効用] 瞑想会って、なあに?	19
宝彩瞑想会便り・e-講座海外受講生便り	20
編集後記	21
第2号の特集予告・原稿募集・アンケート・購読のご案内	22