

# HOSAI BB MAGAZINE

連載  
記事

一般  
記事

特別  
記事

はじめのこトバ(宝彩有菜) ……………	2
心の探求とは	
● マリアの福音書解説(宝彩有菜) ……………	6
第4回 マリアがイエスから聞いたこと	
● 柔らかな光の方へ(ひだまり) ……………	41
● 「ことのは」のある暮らし(かつちゃん) ……………	44
● 第161回宝彩瞑想会書き起こし「リラックスと瞑想」(宝彩有菜) ……………	47
● ストロベリー幸せ研究所(チバ) ……………	63
第8回 塔から落ちた二人	
● 『瞑想の真髓』ストロア解説(宝彩有菜) ……………	80
第2回 瞑想の修行は、日中からすでに始まっている	
編集後記 ……………	85
次号の原稿募集・おたより募集・購読のご案内 ……………	86

VOL. **29**