こころは、いつも青空のまま。



第7号・目次

| [第7号のはじめのことば] 「この一年で、私が変わったこと」 | 02 |
|---------------------------------------|----|
| [特集記事] 修行の収穫をこの手に感じています | 03 |
| [特集記事] ありのままの自分でいい | 04 |
| [特集記事] 何がそんなに可笑しいの? | 05 |
| [連 載] 一橋大学講演会録 (第3回) | 06 |
| [私が好きな一冊] 日だまりの自愛文言 | 12 |
| [修行の体験談] 分かって欲しい?分かってあげる? | 13 |
| [連 載] チマ茸の第一段階 (第7回) | 14 |
| [連 載] 宝彩有菜のバガヴァッド・ギーター (第7回) | 17 |
| [連 載] プログレス コメント特選 | 24 |
| [プログレスコース体験談] プログレス貯金 | 25 |
| [修行との出会い] 私と修行との出会い | 26 |
| 「修行の体験談」私は私のままでよかった。 | 26 |
| [人生は素晴らしい] 探し続けた答え | 28 |
| [瞑想&修行の相談、Q&A] プログラムをはずす方向にもっていくコツ | 29 |
| 宝彩瞑想会便り・e- 講座受講生便り | 34 |
| 編集後記····· | 35 |
| 次号の原稿募集・おたより募集・購読のご案内 | 36 |