



捨てた人から
幸せになる

PHPスペシャル Special

心がラクになる、ほっとする。

減らす、手放す、
ためこまない

イヤな感情を上手に捨てる
増やさない暮らしのコツ
悪縁の手放し方
頭の中のすっきり整理術

〈新連載〉

名画の美貌のひと／猫がいる
12か月の暮らし方／神様の住まう島

2016
360yen