



contents

まえがき 2

1	私大切な人を失ったとき	10
2	本当の幸せは自分の中にあるもの	12
3	疲れのない恋愛	13
4	DV	14
5	子育て	16
6	連れ子のいる再婚	18
7	朝の目覚めが一日を決める	20
8	家が片付かないとき	21
9	自分が変わると 周りも変わる	22
10	願いを叶えるためには ~プライド~	24
11	病気になるコツは適当に生きること	26
12	フィーリング	28
13	張り詰める気持ち	30
14	自分がネガティブになってしまう時	32
15	人が持っている大小の過去の罪	34
16	結婚に向いているか、いないか	36
17	選択	37





18	年々元気になっています	38
19	真の魅力	40
20	お金を払う大切さ	41
21	初心は忘れることもある	42
22	恋愛のゴール	43
23	ずっと好きでいること	44
24	焦るときはどーんと	46
25	ムリをしない夫婦	48
26	大事な友達	50
27	気持ちを伝える努力	52
28	自分で決める自分の道	54
29	終わる恋と続く恋	56
30	知らなくていいこと	57
31	悪口に付き合うコツ	58
32	やる気が出ないとき	60
33	人は無理をする	62
34	夢中になると忘れる小さなこと	63
35	人生の課題	64
36	愛の為に自分を信じる	65
37	親は大切な自分の元素	66
38	長い付き合いは息抜きと共に	68
39	変わってほしいと願う時	70





40	死について考える	72
41	学校の友達	74
42	欲	76
43	恋愛の始まり	78
44	私の使っているタロットはなかなか残酷	80
45	諦めない思い	82
46	○○がないと思うとき	84
47	私の経験した病気	86
48	自分なりの恋愛の方向	88
49	子育てといじめ	90
50	若気の……暴走	92
51	1人で無理してしまうとき	94
52	人に合わせすぎる人	96
53	新チャレンジした時は	97
54	知らないって実は怖いこと	98
55	口癖	100
56	好きな人の好きなタイプ	102
57	綺麗に年を重ねる	104
58	転職	106
59	女性と性と妊娠	108
60	子育て	110
61	誰かを想い続けること	112





62	気持ちの痛み	114
63	働くことに怯える日々	116
64	告白	118
65	体の関係 セフレ	119
66	確かなものがない愛され方	120
67	引け目はずっとついてくる	121
68	運をつかむということ	122
69	あなたの声をきかせて	123
70	チャンスを掴む	124
71	住む場所、借りる場所	126
72	働き方の違い	127
73	マナーを変えよう	128
74	友達以上恋人未満	129
75	ターニングポイント	130
76	母1人での子育て	132
77	腑に落ちない直観	134
78	親切	135
79	スマホ病	138
80	買い物依存	140
81	片思い	142
82	カルマと呼ばれるもの	144
83	真剣に彼氏が欲しい！ と思うときは	146





84	記憶	148
85	別れ	150
86	浮気されても幸せな人 幸せでない人	152
87	しがらみ	154
88	じぶんの居場所	156
89	人との縁	157
90	子供を育てるたくさんの時間	158
91	カラダと心のデトックス	159

あとがき 162

