

contents

まえがき 2

★ 第1章 結婚と離婚

1	結婚	1
2	離婚	25

★ 第2章 心と体の健康

1	体の病気(がん)	40
2	心の病気(うつ病)	53
3	心と体の健康に必要なこと	62
4	不妊	65

＊ 第3章 仕事と趣味

75

1 仕事・転職

76

2 趣味

89

3 働くことの意味

98

4 「やりたいこと」ワーク

102

＊ 第4章 開運と生き方

107

1 困難な時期と理由

108

2 運氣アップのコツ

110

3 より良い人生のために今すぐできること

119

4 自分らしく生きるということ

128

contents

参考文献	あとがき
134	131