

CONTENTS

はじめに 2

第1章 未来に生きる 11

自分を知る 12

自己満足の完璧主婦 16

一番大切なことは愛 19

シンデレラ 22

60歳から美しく 33

第2章 癒しの香り絵®

39

ヒーリング

アートセラピー

カラーセラピー

香木・香原料



40

49

52

57

第3章 癒しの香り絵®描き方

65

春

夏

秋

冬

イベントを楽しむ



67

70

73

76

79

第4章 許すこと

87

親の人生

感謝する

気づき

ありがとう

守る

88

98

101

104

107

第5章

セラピストになる

115

開運セラピー

自分を好きになる

人生折り返し地点

笑顔で生きる

116

125

134

141

あ
と
が
き
参
考
文
献

149 146