

# 目次

〜プロローグ〜	2
〜序章にかえて〜	9

## 第一章 からだのおもい

1. 赤の衝動	12
2. 橙の震動	25
3. 黄の力動	40

## 第二章 ころのきもち

4. 緑の同調 .....

74

71

## 第三章 たましいのいのり

5. 青の調音 .....
6. 藍の調香あるいは調光 .....
7. 紫の変調 .....

131 116 109

107

## 第四章 ひかりのみあかし

### 8. 白の昇華

.....

150

143

〕エピソード〕

参考文献  
159

153