

人生は
ネガティブで当たり前前

「置かれた場所で
咲けなくていい。」

禅僧が教える

心がラクになる 生き方

南直哉

「どことなく人生が息苦しい。
生きることへの違和感が
捨てられない。」

つらさに立ち向かうのではなく、
状況を調整し
やり過ぎしながら
生きていく。

そっとページを開いて
みてください。
ここにヒントがあります。