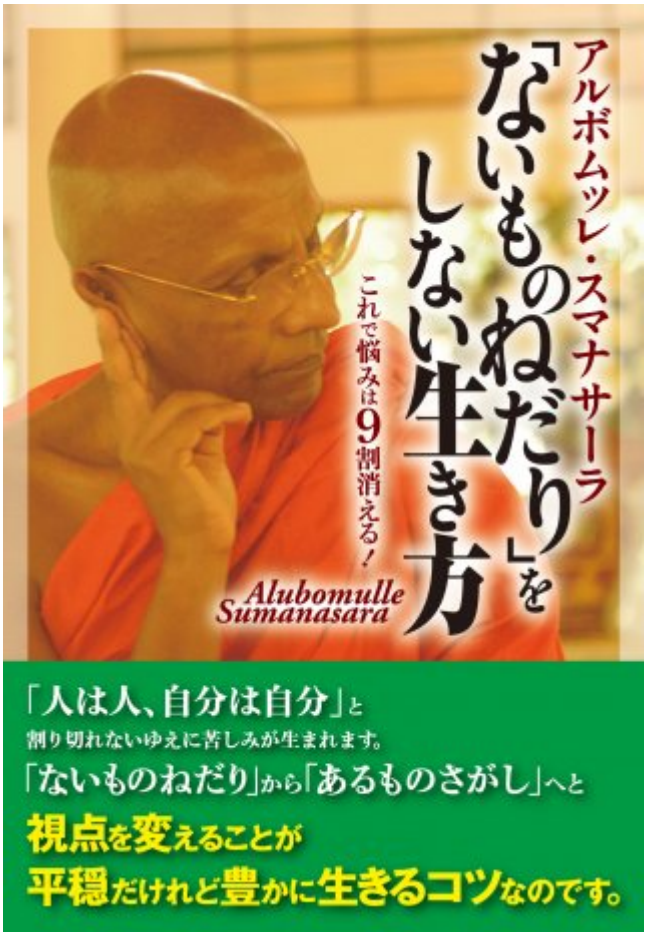
アルボムッレ・スマナサーラ
「ないものねだり」をしない生き方
これで悩みは9割消える！
Alubomulle Sumanasara
「人は人、自分は自分」と
割り切れないゆえに苦しみが生まれます。
「ないものねだり」から「あるものさがし」へと
視点を変えることが
平穏だけれど豊かに生きるコツなのです。

03-3269-0581
03-3269-0399
info@kou-shobo.co.jp