

「すぐ不安になってしまう」が一瞬で消える方法

「すぐ不安に なってしまう」が

大嶋信頼 Oshima Nobuyori

一瞬で 消える方法

将来が心配で
眠れない

人と比べて
自信がなくなる

プレッシャーで
体調を崩す

人の顔色が
気になってしかたない



断ち切る！

妄想を

とり憑いた

勝手に

10万部突破！

「いつも誰かに振り回される」
が一瞬で変わる方法」

著者最新作

発売日: 2017年6月22日

出版: すばる舎

著者: 大嶋 信頼

ページ: 216

PDF

<http://yep.pm/3gSVvFQi5/L1BS1VKoY.pdf.rar>