



四六判
すべての宗派のお経が読める 必携お経読本
 九仏庵 方丈 著
 ISBN4-8013-0691-2
 税込1540円

阿弥陀経から法華経、理趣経、般若心経、金剛般若経まで

各宗派のお経の意味がこの一冊でわかる！

【大きな文字で読みやすくなりました】お葬式や法事などに参列すると、お経を唱和する機会があります。浄土宗などで読まれている「阿弥陀経」、天台宗や日蓮宗の「法華経」、真言宗などの「理趣経」、臨済宗や曹洞宗、黄檗宗などの「般若心経」「金剛般若経」……。それらを聞いて、「何が書いてあるのだろうか?」と思ったことはありませんか? お経とは、仏教の教えを説いた経典です。一見難しそうに見える...



A5判
なぞるだけでお清めできる 祝詞 新装版
 祝詞研究会編
 ISBN4-8013-0690-5
 税込1540円

ページが180度開いて書きやすい!

神様につながる言葉「祝詞」をなぞり心を清めましょう

古来、日本人は言葉に大切に、自らの思いを言葉にのせ祈りを捧げてきました。それを神様に届けるための言葉が「祝詞」です。私たちは日々の生活の中で、知らず知らずのうちに「穢れ」を溜め込んでいます。穢れとは、悩みや妬み、傲慢、疲れ、ストレスなどであり、それが原因でマイナスの状態になってしまった心のことをいいます。「気枯れ」と書くこともあり、本来人が持っている心の活力が失われている状態...



四六判
教養として知っておきたい 33の哲学
 沢辺 有司著
 ISBN4-8013-0684-4
 税込1430円

ソクラテス、デカルト、メイヤスー...古代から現代まで33の哲学論

人生にも仕事にも役立つやさしい哲学の話

哲学とは、「知恵を愛する」ことです。「本当のこと」を知ろうとすることです。自分がいるこの世界ってなんだろう? そもそも、自分の存在ってなんだろう? こんな素朴な疑問に対して、「本当のこと」を知ろうとしたことから哲学ははじまっています。本書では、こんな疑問と向き合った西洋の「哲学者」と呼ばれる人たちが、33人の思想をまとめています。古代ギリシアから現代まで、主要な哲学者の思...



四六判
「鬼滅の刃」に学ぶ 強い心のつくり方
 石堂 孝英 著
 ISBN4-8013-0567-0
 税込1430円

性格タイプ別に詳しく解説! あなたは誰タイプ?

名作が教えてくれる人間関係の極意

心理学の研究をしている私にとって、『鬼滅の刃』のメインキャラクターである炭治郎、伊之助、善逸の3人のキャラクター造形には目を見張るものがありました。この3人だけで、対人関係のストレスの対処方法、自分の内側から湧き起こってくる自暴自棄の思いに勝つための「心の操作」の方法を全て網羅しているのです。心理学の一分野である「交流分析」では、ストレスなどから自分の心を守るために、「努力せよ...



四六判
経営者100の言葉
 山口 智著
 ISBN4-8013-0527-4
 税込1000円

「いや、いまだからこそやるのだ」正力松太郎

人生を変える87人の名経営者の言葉

松下幸之助、スティーブジョブス、カーネギー、本田宗一郎、稲盛和夫、ドラッカー、安藤百福など、名経営者の言葉には、人を育てる力や時代を読み解く技術、組織を大きくする意欲が満ち満ちている。古今東西の経営者の言葉を集めた、珠玉の名言集。...



四六判
アナウンサーがやっている! 1分で心に刺さる印象術
 名和田知加 著
 ISBN4-8013-0376-8
 税込1430円

「印象薄い」人が「好印象」に変わる!

アナウンサーが実践する37の印象アップ術!

何度会っても名前と顔を覚えてもらえない。一度は会ってもらえるけれど、なかなか次が続かない。「自分は印象が薄いのではないか?」そうした悩みを持つ方は意外と多くいます。なぜ印象に残らないのか、それは貴方自身の資質が原因ではありません。「記憶に残る技術」を知らないだけなのです。数百倍の倍率を突破し、テレビ局のアナウンサーとなった著者が明かす、印象アップのテクニック。大勢の中で目にとま...



四六判
ブッダが死ぬ前に繰り返し説いた 悩みに強くなる考え方
 鳥沢 廣栄 著
 ISBN4-8013-0292-1
 税込1320円

ブッダが弟子たちに最後まで説き続けた教えとは?

『涅槃経』を通じて悩みを自分で克服する

ブッダが死を迎える直前の言行をまとめた経典「涅槃経」。あまりなじみのないお経ですが、実はブッダの教えの総決算であり、悩みを抱える方にはぴったりの経典です。特出すべきは、自分自身で悩みを解決する考え方を、この経典が随所に示していること。無理に悩みを消そうとするのではなく、悩んだときにどう対処すればいいのかが、書かれています。ブッダの死を悲しむ弟子たちに向けて冷静に話しているので、...



B5判
【図解】お坊さんが教える イライラがスーッと消える方法
 鳥沢 廣栄 著
 ISBN4-8013-0262-4
 税込1019円

図解でよくわかる

仏教的な考え方で心が軽くなる

お坊さんは、苦しい世の中をなるべく楽しく生きる方法を知っている、いわば「生き方のプロ」。高野山で修行を積み、現在は住職として活動している著者が、現代社会の大きな問題のひとつである「ストレス」や「イライラ」を鎮める方法について、図やイラストを使い、やさしく解説します。本書は、小社刊『お坊さんが教える「イライラ」がスーッと消える方法』『お坊さんが教える わずらわしい人間関係が...



四六判
心のモヤモヤがスッパリ消える 仏教の言葉
 鳥沢 廣栄 著
 ISBN4-8013-0114-6
 税込968円

心が軽くなる仏教の言葉をお寺の住職がやさしく解説します

仏教的な考え方でラクになる!

日常生活の中でどうしても溜まってしまうストレス。あまりストレスを溜め込んでいると、心身に変調が現れます。スポーツで汗を流したり、旅行に出掛けたりして、ストレスを解消することもいいですが、手間がかかることも事実。そんなとき、「心の処方箋」として、気持ちを楽しんでくれるのが、「仏教の言葉」です。一般的には「難しい」「堅苦しい」と思われている仏教語ですが、実はとても「分かりやすく」...



B6判
図解 人の心を操る技術
 桜井 直也 著
 ISBN4-8013-0118-4
 税込748円

相手の本心を知り、信頼関係を築き、気持ちを変化させる「裏ワザ」を教えます!
あなたの「操りたい人」は誰ですか?
 本書は、催眠療法のプロである筆者が、カウンセリングの現場で実際に使用している心理誘導のテクニックを図解で紹介したものです。世界中の心理療法家が実際に使っているテクニックから、まだまだ知られていない最新のテクニックまでを、一般の方がすぐに実践で使えることを意識してまとめました。本書を読んで、あの人を自分の思いのままに操ってみてください。...



四六判
産業カウンセラーが教える「つぶれない働き方」の教科書
 吉岡 俊介 著
 ISBN4-8013-0065-1
 税込1320円

辞表を出す前に読んでください
投げ出さずに踏みとどまる、あなたのための本です
 シニア産業カウンセラーである私のカウンセリングルームは、オフィス街に立地しているので、ストレスを抱えたビジネスパーソンが多く訪れます。仕事で辛い思いをしている彼らが決まってる質問がこれです。「“つぶれない働き方”をするためにはどうしたら良いのでしょうか？」実は私自身、仕事でつぶれてしまった経験があります。会社に勤めていたときは、退職直前までは持ちこたえていたのですが、直後に完...



四六判
「らく」に生きる技術
 小林 奨 著
 ISBN4-8013-0054-5
 税込1320円

不安やイライラとはこれでサヨナラ!
すぐに実践できる心理術の技法が満載
 私たちの生活は、不安やストレスと隣り合わせ。ささいなことが原因で、気分がもよもよしたり、生きるのが不安になったりします。気持ちをリセットしようにも、どうすればわからなかったり、かえって気分が落ち込んでしまったり...。そんな時におすすめののが、カウンセラーが心理療法の場で実践している「認知行動療法のテクニック」。認知行動療法とは、「物事の見方を変えることで、気分を和らげる」行動療法...



四六判
お坊さんが教える わづらわしい人間関係が楽になる方法
 鳥沢 廣栄 著
 ISBN4-8013-0052-1
 税込1320円

仏教に学ぶ複雑な社会を楽に生きるコツ
人間関係に悩んだときはこれさえ読めば大丈夫
 職場の怖い上司や近所の口うるさいおばさん、自分勝手な友人、さらには気弱な自分など、大勢の人が人間関係にわづらわしさを感じて疲れています。そうした人間関係の原因は、「こだわり」にあると仏教では考えます。人、モノ、金、地位など、あらゆるものにこだわることで、疲れがたまってしまいます。本書では、その人間関係の疲れの原因「こだわり」とどう向き合っていけばいいのかを、悩み相談のプロであ...



四六判
お坊さんが教える「イライラ」がスーッと消える方法
 鳥沢 廣栄 著
 ISBN4-88392-892-7
 税込1320円

読むと気持ちが楽になる
仏教的な考え方でしつこいイライラから解放されましょう
 日々の生活や仕事で、なにかとイライラしてはいませんか？ そのイライラを鎮める方法をお教えしましょう。お坊さんは、苦しい世の中をなるべく楽に生きる方法を知っている、いわば「生き方のプロ」。高野山で修行を積み、現在は就職として活動している著者が、現代社会の大きな問題のひとつである「ストレス」や「イライラ」を鎮める方法についてやさしく解説します。仏陀と弟子の逸話や仏教的な考え方を取り...



四六判
人の心を操る技術
 桜井 直也 著
 ISBN4-88392-885-9
 税込1430円

あの人を思いどおりに動かす方法とは?!
プロの催眠療法士が実際に使っている心理誘導術!
 NLP、コールドリーディング、メンタリズム.....、このように次々と「人を操る方法」が現れるのは、私たちが常に、相手を自分の意のままに操りたいと考えているからです。本書は、催眠療法のプロである筆者が、カウンセリングの現場で実際に使用している心理誘導のテクニックを紹介したものです。世界中の心理療法家が実際に使っているテクニックから、まだまだ知られていない最新のテクニックまでを、一般...