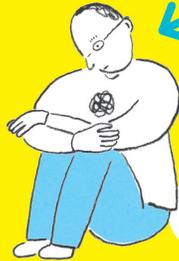


からだと心と回路、 つながっていますか？



人といること
が苦しい

いつも体が
こわばっている

なんとなく
息が浅い

特にこんな人に
おすすめです

安心が
わからない

ずっと何かに
おびえている

いつも
疲れ果てている

強い自己否定感
がある

癒しの
エクササイズで

人生再起動!

『TRE・震えて癒す0レッスン』 著：デイヴィッド・パーセリ、可児さえ 定価1,760円(本体1,600円+税10%) 日東書院本社刊