

# 読売新聞 サンヨツカラー

2/26

## 『心が晴れる言葉』

1月 新刊

精神科医・医学博士 齋藤茂太 著  
ISBN 978-4-86667-734-7 / 本体1,350円+税

「もうイヤだ」ではなく  
「もう大丈夫」だと考えてみる、  
口に出してみる、  
そして一歩を踏み出してみる。

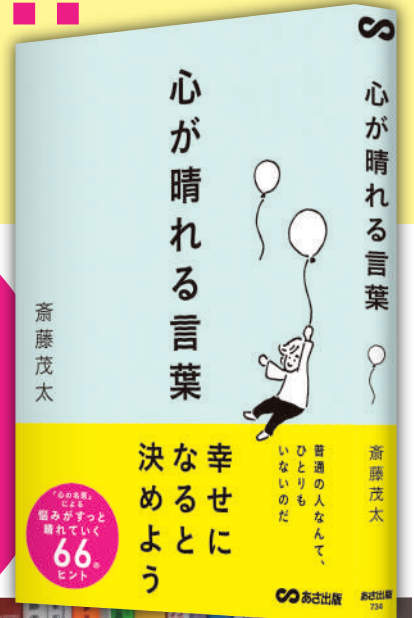


つらくなって  
人を頼りたくなったとき、  
それは、成長する  
転機かもしれない。

自分に対する評価は  
自分自身で下すのだ。  
人生には比較はいらぬ。  
人との競争ほど  
ツマラナイものはない。



今だからこそ読みたい  
「心の名医」  
による  
悩みがずっと  
晴れていく  
**66**の  
ヒント



ご注文は フリーFAX：0120 (39) 1656

2025年1月15日刊行

注文書	番線印	入 売 在庫	あさ出版	齋藤茂太 著	本体 1350円+税
	ご注文 様		心が晴れる言葉		
			ISBN 978-4-86667-133-8	¥1300E	
ご担当	冊				

※ご注文数は調整させていただくことがありますのでご了承ください。