

永松茂久

Shigehisa Nagamatsu

悩まない

カ

メンタルが強くなる
ポジティブのトリセツ。

不安の
9割は
必要ない。

60万人に勇気を与えた
超人気メンタルコーチが語る



人生がもっと自由になる考え方

徳間書店