

はじめに	2
第1章 心に迷いがある時に読むマジックフレーズ	8
人生に効く4つの言葉	8
ビジネスに効く3つの言葉	16
コラム 1 心に迷いがある時に	22
第2章 勇気が欲しい時に読むマジックフレーズ	24
人生に効く7つの言葉	24
ビジネスに効く2つの言葉	38
コラム 2 勇気が欲しい時に	42
第3章 自信を持ちたい時に読むマジックフレーズ	44
人生に効く6つの言葉	44
ビジネスに効く7つの言葉	56
コラム 3 自信を持ちたい時に	70
第4章 課題を解決し、決断が必要な時に読むマジックフレーズ	72
人生に効く3つの言葉	72
ビジネスに効く5つの言葉	78
コラム 4 課題を解決し、決断が必要な時に	88
第5章 信頼を得て、人間関係をよくしたい時に読むマジックフレーズ	90
人生に効く6つの言葉	90
ビジネスに効く13個の言葉	102
コラム 5 信頼を得て、人間関係をよくしたい時に	128
第6章 発想を変えたい時に読むマジックフレーズ	130
人生に効く5つの言葉	130
ビジネスに効く11個の言葉	140
コラム 6 発想を変えたい時に	162
第7章 実践しなければ、と思った時に読むマジックフレーズ	164
人生に効く7つの言葉	164
ビジネスに効く9つの言葉	178
おわりに	196
索引	198