

私たちの言動は、すべて私たちのマインド（脳と心）が司っています。そのため、私たちのマインド、ものの考え方や捉え方を変えることで、私たちの人生は劇的に変化します。Mind Revolution では、幸せな人生や毎日を送るための知識や理論、方法やヒントについて上杉絵理香が語ります。