



「こころにおひさまありがとう」

## はせくらみゆきのおひさまだより

vol.5

このたびの震災で被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。今回の震災は私たち一人ひとりととって、様々な課題と気づきを与えてくれてます。私自身としては「すべてのことはもつと良くなるために起こっているこ

と」と信じ、毎日を丁寧に暮らしたいなど強く思いました。そして家族との絆や地域での繋がりが、日常という名のありがたさ、本当に大切なこととは何かを再考しつつ、今日も息子たちのお弁当作り励んでいる日々です。

こころにおひさま ありがとう

ありがとうは まほうのことば

あなたが ありがとうと いうたびに

あなたの ころの おひさまが

まわりを あかるく てらします

あなたは ひだまり あったかい

こころにおひさま ありがとう

## つながりはじまるつた

こころに おひさま ありがとう

わたしが わたしに ありがとう

であえた あなたに ありがとう

よろこび あふれ あい あふれ

いま わたしは ひだまりのなか

こころに おひさま ありがとう

よろしかったら二つのポエムを声に出して読んで、自分に聞かせてあげてくださいね。きつと胸の中がふわーとあたたかくなると思いますよ。

### はせくらみゆき リラクゼーションアート展

2011年7月30日(土)～8月4日(木)

10時～19時 最終日は18時まで

場所:紀伊國屋書店札幌本店2階ギャラリー

### はせくらみゆきミニ講演会&サイン会

「アイムパーフェクト!～自分自身がパワースポットになる方法～」

2011年7月31日(日) 14時～15時

場所:紀伊國屋書店札幌本店一階インナーガーデン

どちらも入場無料です。

問い合わせ先:風の森ギャラリー Tel:011-596-4627



はせくら みゆき  
(画家・作家・アートセラピスト)

生命の喜びをアートや文にてあらわす。現在、個展や本の執筆、絵本の挿絵等にて活躍中。2005年には全米屈指の芸術祭に入選。主な著書に「一瞬で輝くあなたになれる本」(評論社)、「こころにおひさま、ありがとう」(徳間書店)、「ありがとうでやせるヒーリングダイエット」(祥伝社)等がある。趣味は三線とフラ。7月下旬に、心のパワーを引き出す新刊イラストエッセイ「アイムパーフェクト」(経済界)が発刊されている。  
オフィシャルHP: <http://www.hasekura-miyuki.com>