



「ハナシズク」(表紙も広げてご覧ください)

ことばの宝石箱

あふれる日差しが うれしくて
新しい朝 ありがとう

空の青さ 緑の息吹き
あたりまえつて 素晴らしい

笑顔の数だけ やさしくなつて
涙の数だけ すてきになるよ

会えてよかつた 本当によかつた
あなたに会えて しあわせです

がんばらなくても いいんだよ
あるがままで いいんだよ

未熟だけど 失敗はない
いつでも 今が 一所懸命

未来を生きる 今よりも
確かな 今が ここにある

ありがとう 詰まる思いは ことばにならない
けれど やつぱり ありがとう

はせくらみゆきのおひさまだより

Vol.14

人生には、三つの坂があるのだ
そうです。それは、上り坂、下り
坂、そして、まさか！ という坂。
うーん、なるほど、「まさか」か。
確かに、生きていると、想像すらし

ていなかった出来事に遭遇するこ
とがあります。けれども、暫くして
振り返つてみたときに、なるほど、
そういうことだったのか！ 今の自
分になるには、この体験が必要だっ

たなと思うことがあるのではない
でしょうか。また、そのような時
は、だいたい、今までのスタイルを打
壊す、「危機」であることも多いの
です。とはいえ、危機は、新しい自
分になる絶好の機会であり、大き
く飛躍するチャンスがめぐって

よかったら声に出して読んでみて、自分に聞かせてあげてくださいね。
内なる子ども(インナーチャイルド)が安心の気で包まれることでしょ。



はせくら みゆき
(画家作家アートセラピスト)

生命の喜びを表す芸術家として、
経済からダイエット、宇宙科学
までも網羅する幅広いジャンルの
著作を始め、絵画や音楽、教育、
時には女優もこなす「ミラクル
アーティスト」。2004年には全
米屈指の芸術祭にて入選、魂を揺さ
ぶる絵として国内外から高い評価
を受ける。現在、書籍の執筆と
個展、芸術療法、セミナー、ツアー
等で活躍中。主な著書に『チェンジ・
マネー』『きれいなねっと』『アイン
パーフェクト！』『経済界』『おと
ひめカード』『ARMA CRE A
TIONS』『幸せな子育てを見
つける本(ほんの木)他多数。北海
道出身。趣味はアクアヨガと旅。

きたのだ、と考えたほうがよさ
そうです。

さあ、上り坂良し、下り坂良し、
ま坂も良しの三方よしで、移りゆ
くこの世界を、堂々と軽やかに過
ごしていきましょ！

はせくらみゆきオフィシャルHP
<http://www.hasekura-miyuki.com>