



「Sun Family」(表紙も広げてご覧ください)

ゆっくり 歩こう

どうしても 笑顔になれないときがある
 どうしても 優しくなれないときもある
 そんなときは しかたがないよ あせっちゃだめ
 時が過ぎるのを ゆっくり待とう

悲しい時は 泣いたらいい
 怒るときは 怒ったらいい
 私は私 それ以上でも それ以下でもない
 無理しちやいけない ありのまま

でもね 深い自分はいつだって 知っているんだ
 すべてが よきはからい 天の配剤であることを
 いのちは すべて つながっていることを

深い自分は ささやくよ
 怖れることなど 何もない
 勇気を持って 進みゆけ
 あなたが 今 いる場所は
 ひかりの中である と

はせくらみゆきのおひさまだよ!

Vol.40

7月の始め、盟友・鳴海周平さん(なるみん)と、高島亮さん(りょうさん)と共に、新潟&佐渡へと旅をしてきました。初めての佐渡島です。小学生の頃から、この島のかたちだけは描けた私は、地図上だけ

ではなく、とうとう本当に行けたことが嬉しかったです。島は、予想以上に美しく、とても大きいんだなということがわかりました。また、やはり旅は、誰と行くかで、楽しさが増えます。アップすること

を改めて感じました。旅の間中、笑いっぱなしだったような(笑)。今は、あまり外に出にくい状況でもありますが、その中でも出来ることを見出しながら、心と身体に新しい風を吹き込んでいけたらいいなあと思っています。

Be happy, be calm!



はせくら みゆき (画家・作家)

画家、作家、教育家。芸術や科学、経済まで、ジャンルに囚われない幅広い活動からミラクルアーティストと呼ばれる。とりわけ詩情あふれる絵画は、日本を代表する美術家の一人として、国内はもとより世界の美術シーンで活躍中。2017年には芸術文化活動における「国際平和褒章」を受賞。主な著書に「一寸先は光ですー風の時代の生き方へー」(青林堂)『[小食・不食・快食]の時代へ』(鳴海周平氏との共著・ワニプラス新書)他多数。一般社団法人あけのうた雅楽振興会代表理事。