



さあ、おいで。  
一歩、踏み出してごらん。

心地よくて、楽しくて、  
あなたがもっと輝ける場所を  
一緒に探そう。

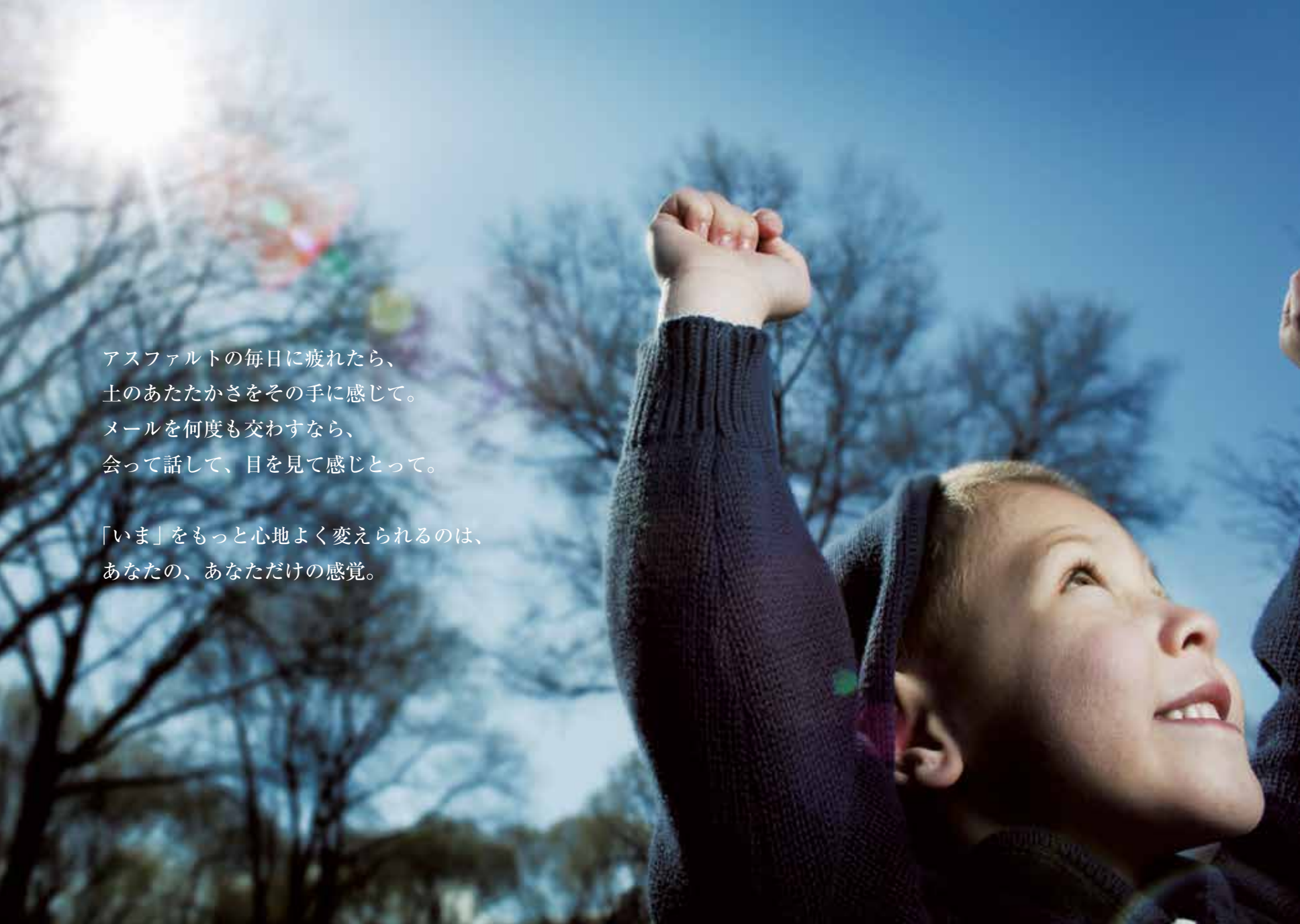
「楽園」を追い、求め、創ろう。

心地いい場所、モノ、コトを  
見分ける力は誰にも負けない。  
牡牛座のいる場所。  
そこはすでに「樂園」だ。





まだ見ぬ未来よりも、「いま」、「ここ」。  
牡牛座は、誰よりも「いま」を見つめ、  
愛し、誰よりも確実に歩みを進める。



アスファルトの毎日に疲れたら、  
土のあたたかさをその手に感じて。  
メールを何度も交わすなら、  
会って話して、目を見て感じとって。

「いま」をもっと心地よく変えられるのは、  
あなたの、あなただけの感覚。



頭で考えるな。  
五感を研ぎ澄ませ。  
目で見ると。耳で聞く。  
口で味わい、肌で感じ、  
鼻でかぎ分ける。



ここよりもっと上質の楽園をめざす？  
それとも今ある楽園を広げようか？  
あなたが心地いいのはどっちだろう。

目標を叶える力が、あなたにはある。  
楽しみや喜びを享受できる運命をすでに  
あなたはもっている。



牡牛座は、幸せになることを  
約束されている星なんだ。  
はじめの一步を踏み出すだけ。  
あとは怖いことなんて、何ひとつない。



牡牛座のあなたの心には、  
失われた楽園の記憶がある。  
美しい花の香り、甘い果汁のしたたるフルーツ、  
あたたかな肌のぬくもり……  
誰もが、自由で、幸せでいられる場所。  
あなたには、その楽園をもう1度この世界に  
実現させる力がある。  
怖がる必要も、怯む必要もない。  
どんな夢も、冒険も。  
いちばん確実に叶える力があるのは、  
本当は牡牛座のあなただ。  
一歩ずつでいい。ゆっくりでいい。  
牡牛座のあなたが、小さな一歩を踏み出すための  
31のメッセージを贈ります。



牡牛座のあなたが、

もっと自由に  
もっと自分らしく生きるために。



# CONTENTS

## やりたいことは何か？やる気を出すには？

(夢／目標／やる気) \_\_\_\_\_ 022

夢より気持ちのいい楽園を探そう  
やりたくないことを捨てる  
身近で小さな目標をつくる  
自分にごほうびをあげる  
五感を刺激し続けろ

## あなたがもっとも輝くときは？

(仕事／役割／長所) \_\_\_\_\_ 036

保険をかけながら冒険しよう  
小さな楽園から始めればいい  
手で触れられるもの、目に見えるもの  
あなたのセンスをお金に変える  
安定は自分のなかに作り出せ

## 何をどう選ぶか？

(決断／選択) \_\_\_\_\_ 052

何を選んでも大丈夫  
あれこれ考えずに自分の感覚を信じて  
全体のバランスを忘れないで  
あえて選ばずに両立の方法を考えてみる  
ときには手放す決断を

## 壁にぶつかったとき、落ち込んだとき。

(試練／ピンチ) \_\_\_\_\_ 066

変わることは怖くない  
自分の価値を見つめ直す  
いちばん小さな楽園に避難する  
がんばりすぎない  
とりあえず、おいしいものを食べて、寝る

## あなたが愛すべき人、

## あなたを愛してくれる人は誰か？

(人間関係／恋愛) \_\_\_\_\_ 082

ガマンしすぎるな、小出しにキレろ  
恋愛はまず、目標を設定する  
あなたが愛すべき人  
あなたをほんとうに愛してくれる人  
居心地のいい関係を広げてゆく

## あなたがあなたらしく

## あるために大切にすべきこと。

(心がけ／ルール) \_\_\_\_\_ 096

心より体をよろこばせる  
こだわりのものをそばに置く  
自然や緑とふれあう時間をつくる  
心の貯金をしよう  
楽園を分かち合う

## 後悔なく生きるために。\_\_\_\_\_ 110

自由な楽園を少しずつ広げてゆく



やりたいことは何か？  
やる気を出すには？

【夢／目標／やる気】

あなたの夢は何か？

やりたいことが見つからないときは？

あなたの背中を押すものは何か？

牡牛座のあなたが、

向かうべき方向はどこだ。



# 1

## 夢より気持ちのいい楽園 を探そう

この現実世界を支える、大地。

大地の星座である牡牛座のあなたは、地に足のついた堅実な考えを大事にする。

ありえない夢や手の届かない目標には、なかなか心が動かされないだろう。

でも、牡牛座の大地とは、ただの地面ではない。美しい花が咲きみだれ、甘いフルーツがたわわに実る豊穡な大地、楽園のような場所だ。

あなたは、夢や目標の代わりに、心のなかに楽園もっている。人はみな、生まれて間もないころ、楽園のような世界を生きていた。

平和で穏やかで、欲しいものは欲しいだけ与えられる。とても居心地が良く、すべてのものがある場所。しかし、ほとんどの人がそんな楽園を失ってしまう。

それでも、牡牛座の魂の奥底にはその記憶が鮮明に残っている。心のどこかで、かつての楽園を今なお求めている。

だからこそ、牡牛座のあなたは楽園を感じるとる感覚に誰よりも優れている。

あなたが気持ちいいと感じる方向へ進めば、そこには必ずあなたにとっての幸せなゴールがある。

自分に必要かどうかなんて関係ない。

理屈じゃなく、やっていて楽しいこと。

居心地のいい場所。

自由でのびのびと自分らしくいられる場所。

頭で考えるのじゃなく、心と体がよろこぶほうへ向かって、動き出そう。