

I am convinced  
that when we define ourselves  
by our wounds, we  
burden and lose our physical  
and spiritual energy  
and open ourselves to the  
risk of illness

caroline myss

## Caroline Myss

**自分を傷で定義しない。**

**苦しみや痛みで定義しない。**

**自己は苦しみや痛みや傷ではない。**

**自己は 愛 感謝 ひかり 喜び。**

**見えざる手の導きを感じ、見えざる存在とともに在る。**