

人の心は、氷山のようになっていて、自分の意識している心は水面に浮き出ている氷のようにほんの少し。心の多くの部分は無意識の領域(潜在意識)。そしてこの潜在意識の部分が自分をコントロールしています。そして自分の命を保つために、潜在意識は今の状態を保とうとするのです。

③ (潜在意識を変える)

では、潜在意識を変えることは不可能なのでしょうか？

いえいえ、不可能ではありません。実際に、しばらくぶりに出会ったら見違えるように素敵になった人もたまにはいらっしゃるでしょう！

あなたも 変われます!!

ポイントは、「変わり癖」をつけることなのです!!

まず最初は、絶対に実現可能な目標を定めて、それを確実に実現するのです。「**絶対実現可能な!**」がポイントです。期間も実現しやすいように、短く1週間くらいに定めましょう。例えば今まで合掌の習慣がない人なら、「この1週間、寝る前に仏壇に手を合わせる」でもいいでしょう。これくらいなら必ずやり遂げられるでしょ。こんな1週間以内に簡単に実現できる目標を2、3個たてるのです。将来の夢と関係なくとにかく確実にできる目標を立ててください。

そして、それを確実にやり遂げるのです!すると、潜在意識の中の自分は、「変わる自分」に変化するのです。今までかたくなに今の自分を保とうとしていた自分から、「自分は変わるんだ」という風に潜在意識が変わったのです。

④ (やりのおそう!)

これで、準備は整いました。あらためて 変わりたい自分の姿を毎日イメージしましょう。

潜在意識はそのイメージを受け入れて、自分を変化させてくれることでしょう!!

ただ欲張りは禁物。少しずつ階段を高くしていきましょう。

人は、3年もあれば、一つの世界で一流になれるそうですよ。

今からでも、ぜんぜん遅くはありません。

さあ、やりのおそう!!



ENJOY! 着物のコーナー

染と織の着物

一、(染の着物は織の着物より格上)

着物の世界では、「染の着物に織の帯。織の着物に染の帯」という言葉があります。着物は染め物が織り物より格上、帯は織り物の方が染め物よりも格上という意味です。



和想館講演会より

なぜ、着物の世界では染め物の方が、上位であるとされるのでしょうか？それは、以下のような着物の歴史の流れによるのです。

二、(三つの染め)

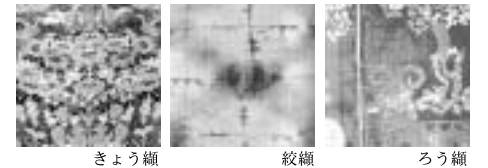
もともとは、着物に柄を現わす技法としては、①単純に一色で染める、②数色でグラデーションにそめる(ぼかし染め)、③糸を先に染めておいてその糸の交差により柄をだす(縞、格子)くらいしかなかったのです。①・②が染め、③が織りの技法ですね。

そこに飛鳥奈良時代に、大陸から三つの染技法が入ってきました。

A. **きょう** 縞一板締め染め。板に柄を掘って、布を板の間に挟んで染料につけ染める

B. **絞** 縞一絞り染め

C. **ろう** 縞一蠟で柄を伏せて染める。蠟縞染め



きょう縞 絞縞 ろう縞

三、(友禅染)

ただ、これらの技法によっても、着物をキャンパスのように見立てて、柄を書きあらわすには不十分でした。柄を描く染料が生地にしみこんでしまいますからね。この問題点を解決したのが友禅という技法です!!

江戸中期、糸目という、もち米と米ぬかかを混ぜた糊で柄の淵をなぞると、染料が仕切り目を超えてにじまないという技法が発明されたのです。宮崎友禅齋という扇師が考案したと言われ、友禅染めと呼ばれます。友禅の誕生により染の技法ははなばなしさを倍増するのです。

① **最初京都で生まれ広まったのが「京友禅」**。江戸に都が移ったといっても、商業の中心はまだまだ京都。また皇室、公家のおひぎ元ということで京友禅の特長は豪華けんらん。

② **宮崎友禅齋は、上杉藩の招きにより、晩年加賀に移り住みます**。これが「加賀友禅」の始まり。上杉藩という武家のお抱えということで、加賀友禅は武家好みの質実さと、自然をそのままに写しとる写実性が特徴です。

③ **江戸に都が移り、じょじょに京都からいろんな技術が江戸に流れていきます**。これは「くんだりもの」と呼ばれていたのですが、友禅の技法もくんだりもの一つ。これが「東京友禅」の起こり。江戸っ子の町人気質に育てられ、粋でモダンな作風が特徴です。

四、(つむぎは“つむぐ”から)

このように、染の着物はどんどんきらびやかさを増していきます。

一方織りの着物は、各産地で、百姓が絹への憧れを込めて、絹を綿のように見せかけて織り続けたのでした。各地に残る「〇〇紬(紘)」がそれです。紬の“つむぎ”という名は、絹糸をつぶして綿状にし、**紡いで糸を作る工程**からきています。農民は絹を着てはいけないと制限される中で、絹へのあこがれが生み出したのがつ・む・ぎなのです。

このような、歴史の流れから「染の着物はフォーマル用、織の着物はおしゃれ用」とされてきたのでした。