

これらは、心の奥にある無意識(潜在意識)の働きによるもの。このように、人の心は自分が意識している部分(顕在意識)と無意識の部分(潜在意識)とから成り立っています。そして、あなたが見たこと、経験したことはどんどん潜在意識に蓄えられていきます。 潜在意識は無尽蔵の図書館のようなもの。

あなたが何か考えたり、行動したりする際には、潜在意識からその判断の材料が浮かび上がってくるのです。潜在意識という図書館のなかで、浮かび上がってきやすい情報は、直近に入力されたもの、強く入力されたものです。

あなたが、日頃から **愚痴っぽく、皮肉屋さん**だとしたら、見る物、聞く物は**潜在意識にどんどん消極的な情報として入っていきます。**

そんなあなたが新しく何かを始めようとしたとき、潜在意識は「どうせやっても失敗するに決まってるから、止めときな・・・」とマイナスの判断材料ばかりを送り出し、あなたの向上を妨げます。そして人生はマイナスのらせん階段を下がり続けるのです。

**このマイナスの連鎖から抜け出す道が、実は寝がけにあるのです。**

### ③ (寝がけの心の持ち方)

寝ぎわは、ボーっとしてきて顕在意識の活動が弱まりますよね。だから、寝ぎわに考えたことはダイレクトに潜在意識に刻印されやすいんです!! いい事を思いながら眠ると、潜在意識には、プラスの情報が貯まっていくわけです!!

そんなこと言われても、現実にはマイナスの事ばかりなのに、プラスのことなんて考えられない?とおっしゃるあなた。

心は一度に一つのことしか考えられません!

**だから、嘘でもいいから楽しい物語を思い浮かべてみてください。**

**その間 心の中からマイナスは消えているでしょ!!**

### ③ (眠りながら幸せに!)

あなたを動かしているのは潜在意識なのです!

寝がけにどんどん自分のなりたい夢、楽しい物語を連想して、潜在意識に前向きな、プラスの情報をどんどん入れちゃいましょう!

気がつけば、あなたの潜在意識は明るい、前向きな情報でいっぱい。

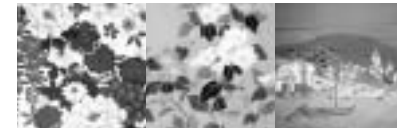
**そして潜在意識の後押しで、あなたはどんどん夢を叶えていく、**

**光輝くあこがれの存在に変わっていることでしょう!!**



## ENJOY!着物のコーナー

### 友禅の話



和想館講演会より

#### 一、(染の代表格、友禅)

前回はあもにいで、染と織の着物の話をさせていただきました。

今回は染の着物の代表格である、友禅という技法についてお話いたしましょう。

#### 二、(歴史、特徴)

友禅の始まりは、江戸中期。それまでの着物の染色といえば、絞りやろうけつ染めなどしかありませんでした。

そんな中で、扇の絵師だった、みやざきゆうぜんさい宮崎友禅齋という人物の柄づけが、友禅のヒントになったと言われています。友禅齋は、好色一代男のモデルにもなった人です。

友禅の特長は、着物をキャンバスに見立てて、いろいろなデザインを自由に描くことを可能にした点です。

友禅はもちごめと、糠と塩を合わせた糸目糊という糊を用いて、色の境目に、境界線を描いていきます。その上で、色をさしていくと、にじみがなく思い通りの柄が描けるというわけです。

#### 三、(三大友禅)

1、友禅染めは京都で生まれました(京友禅)。

その後宮崎友禅齋が、晩年加賀百万石の三代目藩主前田利常に招かれ、加賀(今の石川県金沢)に移り住みます。そして友禅を加賀に広めます(加賀友禅)。

また江戸時代には、京都から江戸に多くの技術や職人が伝承されました(下り物と呼ばれる)。友禅も下り物の一つとして江戸に伝承されました(東京友禅)。

こうして、**京友禅、加賀友禅、東京友禅**が生まれ今に引き継がれているのです。

2、京友禅は、公家や豪商を対象としていたので、豪華絢らん。

加賀友禅は、武家に保護されたので、落ち着いた、写実的。

東京友禅は、贅沢を禁じられた庶民のおしゃれとして発達し、粋さが特徴。

3、現代では、一つの友禅にこだわらず、それぞれの友禅技法をブレンドし独自の世界を編み出す作家も多くおられます。**さてあなたの筆筒の中の着物は、何友禅でしょう?**

	京友禅	加賀友禅	東京友禅
対象	公家・豪商向け。 絢爛、豪華。	武家好みの 落ち着いた作品。	見えない部分にお洒落を見出す。 粋で庶民的。
柄	文様志向。花の丸等、 自然を抽象化したもの。	厳しい冬など、自然をありのままに。 写実志向。花鳥等の柄が多い。	粋でモダン。網干・千鳥・松波等の 磯辺風景や釣り船・家屋・水車等
表現	美の追求。 大柄・のびやかに。	虫喰いの表現など、醜いの美化。 こぶりの花。	渋め。 細やかで小さめ。
ぼかし	内から外へぼかす。 花芯から花びらへ。	外側から中心へぼかす。 花卉から花芯へ。	
色	多色	加賀五彩 <small>えんじ</small> (藍・黄土・臘脂・緑・古代紫)	あっさりとした色使い。 藍・茶・白etc...
仕上げ	箔や、金・刺繍をさらに施す。 分業制。	友禅のみ。縫い・箔・金泥などは 使わない。一人で作業。	一人で作業。