

NO.48 心のワードローブ —オリジナル・ライフスタイル・チェッカー—

表紙デザイン



サイズ A4版(ブックレット)
 ページ数 48p
 発行年月日 2021.7.5
 定価(税込み) 1,200 円

～ Message ～

人は、自分を取り巻く世界のなかで生きていくものです。自らをアピールすることや、他者と共感し、快い関係を築いていくことは、人生をよりよいものとします。

自分を表すものは、見た目だけではありません。むしろ、偽りのないたしかな中身があることが大切です。自分を磨き、内面から輝きにあふれることが、好ましい世界を開拓し、生きるよろこびを増していくことでしょう。

心はプライベートであり、目には見えませんが、ワードローブと同様に、中身を整えていくことで、よりよく自分を仕立て、魅力をアピールすることができます。

本著は、心を気持ちよく整え、風通しを良くして、素敵な空間にしつらえるご提案です。心のなかに、素敵なバリエーションを取り揃え、オリジナルライフを彩っていきましょう。

著者 阿知和 理子
 発行者 一般社団法人
 ユニバーサル・インテリジェンス

心のワードローブ —オリジナル・ライフスタイル・チェッカー— Contents

はじめに	◆3 柔軟に趣味を広げる
R 心のワードローブとは	◆4 わたしのア・ラ・モード
R1 ライフスタイル・チェック	R5 心のワードローブの彩り
◆1 わたしの心を見つめる	◆1 人生のモチーフをつないで
◆2 心のたたずまい	◆2 ライフステージの色彩
◆3 生きる舞台のための楽屋	◆3 素敵にライフ・コレクション
◆4 わがライフスタイリング・ルーム	◆4 究極のマイセルフ・ルーム
R2 心の整理整頓	R6 “わたし”のクチュリエとして
◆1 思い出の始末	◆1 オリジナルライフを仕立てていく
◆2 心の整理術	◆2 さわやかにしなやかにスタイリング
◆3 戦略的な仕分け	◆3 望ましい自分を表現すること
◆4 素敵に模様替え	◆4 一生の反物を織っていく
◆5 ハッピー・クローゼットに	R7 うつくしい旅支度
R3 引き出しが増えていく	◆1 いつか旅立つときのために
◆1 魅力を高める引き出し	◆2 うるわしい店仕舞いを
◆2 中央の引き出しにしまうもの	◆3 心の仕舞屋上手に
◆3 智慧を授かり収めていく	～付録～ 心のオートクチュール
R4 モードを味わう	◆1 オリジナルライフのよそおい
◆1 時代や世界のトレンド	◆2 ライフスタイリストの矜持で
◆2 センスを磨く	おわりに