

NO.60 夢みるアトリエ<Cocoro> ヒプノ式：望みを紡ぐイメージワーク

表紙デザイン



サイズ A4版(ブックレット)
ページ数 46p
発行年月日 2023.11.7
定価(税込み) 1,200 円

～ Message ～

人生は楽しいことばかりではない、つらいことが多いと考えることがあります。実際に、人生には波があり、実は、多くのことを味わい、感じるため、大切なことに気づくために、一生を与えられたのではないのでしょうか。

だれもが、さまざまなことを思い、感じ、気づき、考えることで、自分の人生を切り拓いています。望ましい自分を目指して、将来を思い描き、好ましいセルフイメージを想像しています。本著は、深く人生を味わい、クリエイティブに生きるご提案です。いつからでも、楽しみながら、新しい自分をアレンジして、人生を輝かしく彩っていくのです。

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

夢みるアトリエ<Cocoro> ヒプノ式：望みを紡ぐイメージワーク

Contents

はじめに

㊦ ヒプノ式イメージワークとは

Chapter1 夢みるよろこび

㊦ 1 希望の泉

㊦ 2 生きる活力

㊦ 3 夢にあやかる

㊦ 4 夢バブル

Chapter2 心をアトリエにする

㊦ 1 心は神聖不可侵

㊦ 2 自分を仕立てるアトリエ

㊦ 3 表現の追求

㊦ 4 至高の藝術

Chapter3 夢を開拓する力

㊦ 1 発想を大切に

㊦ 2 夢選択の心得

㊦ 3 自分を仕立てるセルフイメージ

㊦ 4 モチーフをつなげていく

Chapter4 夢みるライフワーク

㊦ 1 夢さがしのライフワーク

㊦ 2 世界を愛でる

㊦ 3 人生を謳歌し祝福する

㊦ 4 すべてをつなげるマンダラ模様

Chapter5 現実と夢のコラボレーション

㊦ 1 現実の扱い方

㊦ 2 夢材料をそろえていく

㊦ 3 現実と夢のコラボ作品

Chapter6 今を生きて自分を完成

㊦ 1 自分という題材

㊦ 2 移りゆく今とわたし

㊦ 3 多面的に自分をカラーージュ

Chapter7 夢は永遠につながる切符

㊦ 1 人生にテーマ性をみいだす

㊦ 2 自分をあやつり完結する

㊦ 3 美的本質の存在

㊦ 4 永遠なる圧倒

㊦ オリジナルライフという作品

おわりに