

陰陽五行による体質診断

<https://www.aisare-fourpillars.com/self/>

このサイトの命式表を出すをクリックし、生年月日等を入力してください。
今回は下記の 1 を使います。

1964年 6月 23日生 男性				
天中	日柱	月柱	年柱	
辰巳	癸卯 -木	+金 庚午 +火	+木 甲辰 +土	干支
寅卯				
	40	7	41	
	乙	己	戊	藏干
2		印綬	傷官	通変星
	食神	偏官	正官	藏干通変星
	長生	絶	養	十二運星
16	9	1	6	運勢エネルギー

五行思想とは

五行とは「この世界は『木・火・土・金・水』という 5 つの元素から成っている」といった考え方です。五行思想は、紀元前の中国の春秋戦国時代に生まれた自然哲学のことで、「陰陽五行思想」とも呼ばれます。

5つのエレメントの特徴

それでは、木・火・土・金・水、それぞれのエレメントの特徴や、そのエレメントを持つ人の性格・行動の特徴。それぞれが象徴する季節や色、なども含めて簡単記します。

陰陽五行による体質診断

◎五行が「木」の特徴



五行が「木」の人は、誠実で面倒見がよく、情け深いです。自分を客観的に見ることができるので、何ごとも冷静に判断ができます。何でも損得で考えがちで、無駄なことはしません。大きな失敗はしませんが、マニュアル的で独創性には欠けるかもしれません。ただ、確実に物ごとを進める実行力があるので、チームリーダーには向いているでしょう。

- ・象徴する季節……春
- ・ラッキーカラー……青

陰陽五行による体質診断

◎五行が「火」の特徴



五行が「火」の人は、好奇心にあふれていて、おもしろそう！と思ったら、やらずにはいられません。自由で欲望のおもむくまま、直感的に判断して行動します。頭で考えるよりも先に、やってみて、やってから考えるタイプでしょう。子どものように純粋でたくましい心を持っています。また、情熱的で、物ごとにすぐ熱中するタイプでしょう。

- ・象徴する季節……夏
- ・ラッキーカラー……赤

陰陽五行による体質診断

◎五行が「土」の特徴



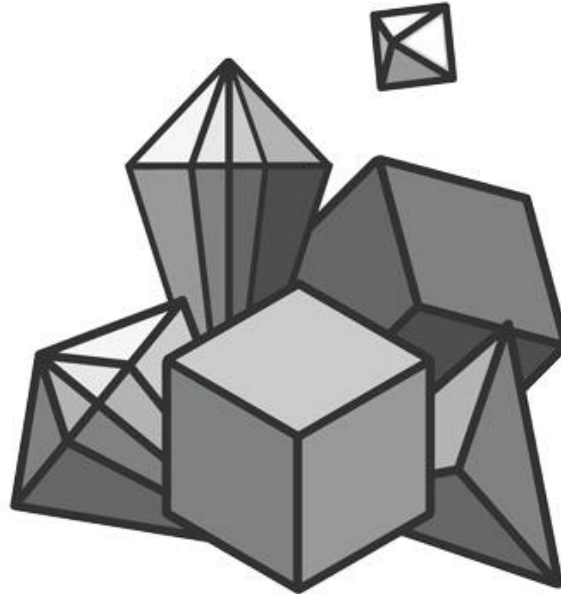
土があらわすのは情。五行が「土」の人は、人の気持ちをくみ取り共感し、人を親身に受け入れ育てることができる人です。ただ、情に流されやすいので、人にだまされたりしてつらい目にも合いがちかもしれません。しかし、とてもやさしいので、多くの人に好かれ、愛されます。また、どっしりとしていて気持ちが安定しています。気分がコロコロ変わることはあまりないでしょう。反面、石橋を叩き続けて動かない、ずっと思い悩んでいるなど、その場でじっと動かない傾向があります。

・象徴する季節……土用

・ラッキーカラー……黄

陰陽五行による体質診断

◎五行が「金」の特徴



五行が「金」の人は社交性に長けています。人脈が広く友達がたくさんいるでしょう。ただ、繊細なところがあり、自分が他人にどう思われているのか、とても気にします。自分にとっても厳しく、他人にも厳しいです。頑固な一面もあるでしょう。勝ち負けにとってもこだわるほうで、勝負事は自分が勝つまでやめません。意志がとても強く、どこまでも自分の意見にこだわり、それを貫き通します。

- ・象徴する季節……秋
- ・ラッキーカラー……白

陰陽五行による体質診断

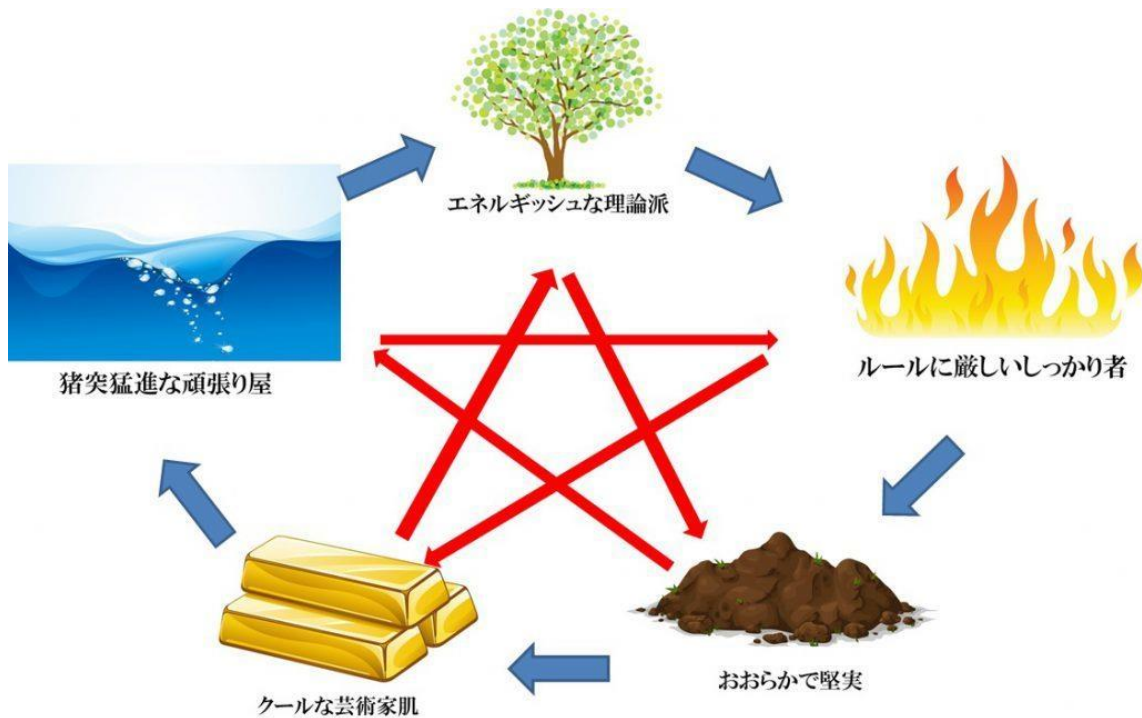
◎五行が「水」の特徴



五行が「水」の人は、基本的に人に合わせて行動をします。そのため、人の顔色を伺いがちで、消極的なところがあるでしょう。ただ、人に歯向かうことがないため、誰からも好かれるので、実はしたたかで世渡り上手な面も。相手が今何をしてもらいたいのか、瞬時に察することができるので、「気が利くね」と褒められることが多いでしょう。争いごとが嫌いなので、ケンカになりそうになったら、自分から身を引きます。

- ・象徴する季節……冬
- ・ラッキーカラー……黒

五タイプの相関図



木タイプ

とにかくじっとしてられません。少し体調が悪くても**動き続けたいタイプ**なので突然ぱったりと倒れるタイプです。

基本的に仕事が好きで、成績を気にして上昇志向の人が多い。

陰陽五行による体質診断

火タイプ

人の観察をよくしています。ルールに厳しい一面もあり小さい頃に他の人に注意して先生に報告する委員長のイメージ。きっちりとした仕事ぶりは上司から評価を受けるタイプです。

土タイプ

同じことをずっとしてられるタイプです。変化をあまり好みませんが集中力があるので好きなことはずっと続けられるタイプです。皆の愚痴を聞く事が多いでしょう。

金タイプ

寝るのが大好き。外ではスポーツを楽しみ活動的な一面も見せますが家に帰って休日などは一日中寝ていたりもします。結婚してからの方が、実力を発揮できる人が多い。

陰陽五行による体質診断

水タイプ

刺激を好みます。同じことばかりするのを嫌い新しいことやわくわくする事をしたがります。自己主張が強いのもこのタイプ。

木タイプ

不調は**肝臓と胆のうの異常**に現れます。



つまり

- ・ 筋肉のつりやすさ
- ・ 爪の状態
- ・ 精神面
- ・ 目の状態

に反映されると考えています。

自律神経への影響が大きいとされます。

陰陽五行による体質診断

自律神経が交感神経優位の場合は、起こったりイライラしやすくなったりします。

不眠なども自律神経の乱れによる症状ですね。

- ・ 偏頭痛
- ・ 耳鳴り
- ・ めまい

なども現れるのが特徴です。

このタイプは休憩が下手なので、休みの日まで仕事をしたり、仕事が趣味だったりと常に緊張状態です。

その代わりリーダーシップが強く、人を引っ張って行く力がありますね。

火タイプ

不調は、心臓と小腸に現れます。

そのため、**血流の状態の影響をもろに受ける**タイプです。



陰陽五行による体質診断

顔色が変わりやすく、怒れば赤くなったり、不安な時に青くなったりと分かりやすいのが特徴です。

交感神経が敏感になりやすいために、**冷えのぼせをしやすい**タイプです。

性格としては几帳面で、周りをよく見ておりルールを守る人が多いですね。

体調を崩すときは、腹痛などを伴いやすいですね。

女性であれば、生理痛も重くなりやすいです。

しっかりと水分を摂れている時は、比較的調子の良い状態を保ちやすく、長時間勤務も出来るタイプです。

また、責任感が強く頑張りすぎる傾向にあり、自律神経失調症にもなりやすいタイプですね。

火タイプの人には基本的には、陽気な性格なので、すぐに人と仲良くなれる親しみやすい面もあります。

陰陽五行による体質診断

情熱的で感激しやすいタイプなので、喜怒哀楽が表面にでて
しまいます。

土タイプ

不調は胃と膵臓の消化器系に現れます。



多くの土タイプは、体調不良の時に

- 吐き気
- 食欲不振
- 下痢

を起こります。

食べるのが好きな人が多く、甘い物の摂り過ぎや、炭水化物
の過剰摂取などの**食べ過ぎが目立ちます**ね。

一番の特徴は、よく食べてよく喋るという点です。

定期的に風邪を引き、熱が出やすいのもこのタイプです。

陰陽五行による体質診断

消化器系の発達した人は割合太っていて、四角形の顔の人が多く、口も大きいのが特徴です。

物事に熱心な努力家で、丁寧で器用な人が多く、雰囲気をよくするのが得意です。

見かけより負けず嫌いで、障害や困難がある時ほど、決断力と行動力を発揮して対処します。

金タイプ

不調は肺と大腸に現れます。



職人氣質

喉が痛みやすく、咳をしやすいのはこのタイプです。

- ・ アトピー
- ・ 気管支ぜんそく

などの、アレルギー持ちが多くクールな人が目立ちます。

普段から運動をしている方が調子は良いタイプです。

陰陽五行による体質診断

呼吸が浅くなりやすいので、憂鬱な気分や悲しい気持ちに陥りやすく、後ろ向きになる人も多く見られます。

特に、排便の時に粘性が高かったり、肛門に熱さを感じる時は、水分の量が不足しているサインです。

水分の量が不足した結果として、

- ・ 冷え性
- ・ 肩こり
- ・ 頭痛
- ・ イライラ

などが起こりやすくなりますね。

こんな症状が現れたら、生活習慣を見直しましょう。

水タイプ

不調は腎臓と膀胱に現れます。



行動ありき

両親からの遺伝が強く影響するので、両親に似ている人が多いですね。

- ・ 頻尿
- ・ 膀胱炎

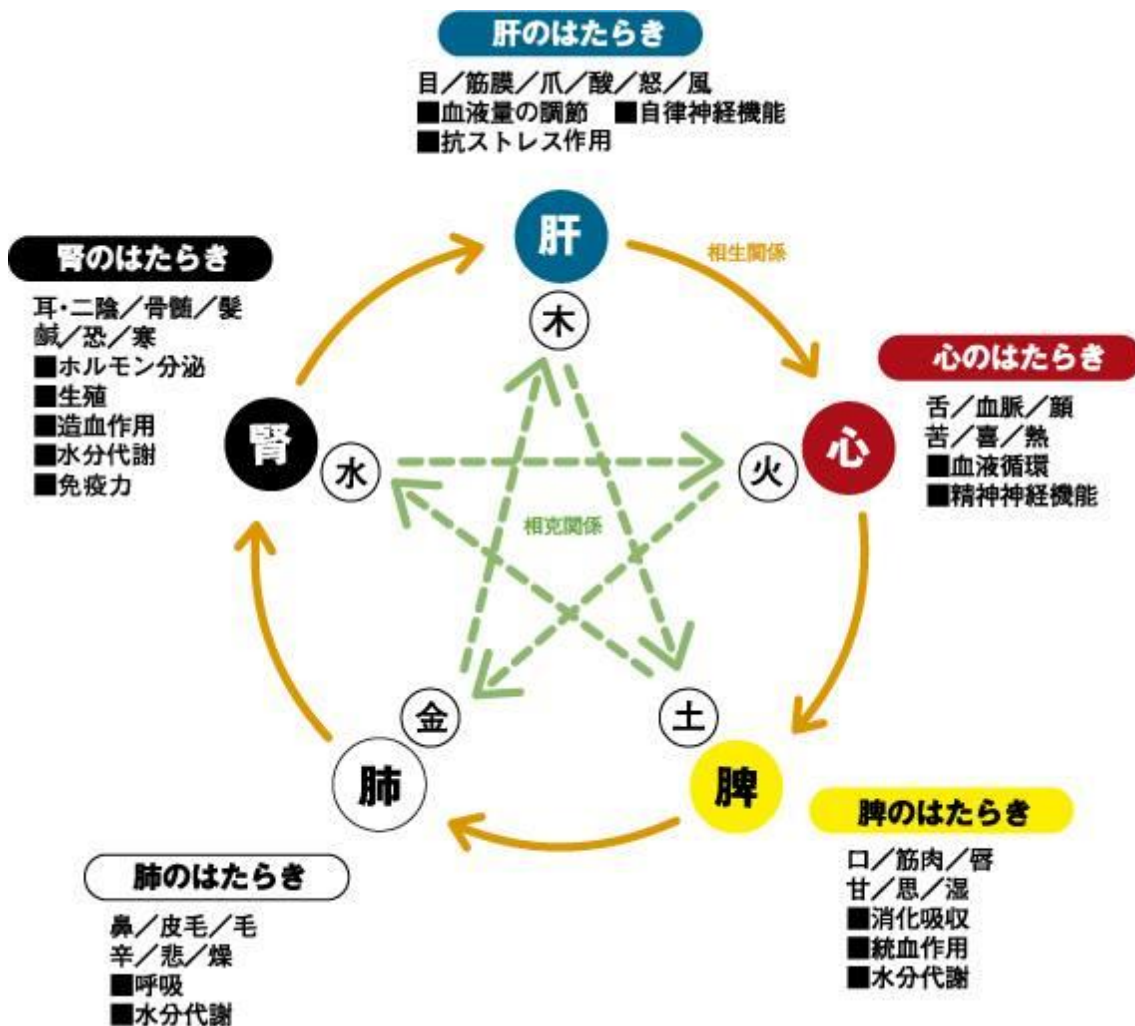
を患いやすいですね。

寒さに弱いのが特徴なので、夏でも足が冷えていたり、冬が苦手だったりという人が多いですね。

こまめに、白湯やスポーツドリンクなどの水分を飲んでいると、調子が良いのはこのタイプです。

水タイプの方は、意志が強く、人の言動に動かされない信念と、義理堅く不屈の精神を持っています。

陰陽五行による体質診断



図のように、東洋医学では身体を5つの機能に分類して、それぞれの部位のバランスが整っているかを見ていきます。

ここで大切なことは、「全ての部位が、他の部位とつながっている」ということ。たとえば、ストレスがたまり「肝」が乱れると、「脾（胃腸の消化、吸収）」の働きが乱れて食欲がでなくなったりと、五臓六腑は互いに影響を与えています。

身体の状態を総合的に見るのが重要です。

東洋医学の五行色体表をもとに体質を五つに分類しています。

必ず一つだけに該当するとは限りませんが、自分に最も近いものを一つから二つ選んでもらうと良い。

陰陽五行による体質診断

本当の健康への第一歩として自分の体質を知りましょう！