

「心の仕組み」 7 日間の 五常プログラム



仲谷 一祐

仁 義 礼 智 信 の 5 つ を 優 し く ひ も 解 け
ば、それらは心のすべてを解き明かすため
のツールだったことがわかります。

焰（ほむら）

〒 5 4 2 - 0 0 1 2

大 阪 市 中 央 区 谷 町 六 丁 目

1 7 - 4 3 練 1 F

0 6 - 4 3 0 4 - 0 2 8 7

0 6 - 4 3 0 3 - 5 9 1 5

2 0 1 7 / 0 2 / 1 2

この本は、7 日間で心の仕組みをマスター
して、大いなる自由につながる最初の一步
を踏み出すためのテキストです。

今は失われてしまった、新しい「ものの見
方」を手に入れるための、7 日間の内なる
旅への導きの書がここにあります。

はじめに

私の人生には、ある秘密を知るチャンスが与えられていました。

かつて 20 代の終わりに、私は大きなストレスから会社をドロップアウトしてしまい、数年間アジア世界を放浪しました。そこでいくつかの気づきがあり、旅の最後にはこの世界のしくみを知る古くからの教えのひとつが、すでに昔から日本に伝わっていることを知りました。

帰国してからの私は、まるで使命感にせきたてられるかのように、さまざまな資料を取り寄せ、その教えの解読に没頭しました。

それは陰陽五行説というものです。それは何百年も前に古代中国から取り寄せたひとつのしくみで、今も神社や一部のお寺などでは、それを引き継いだ跡を見つけることができます。

私はこのしくみのうち、特に心に関しての部分をひたすら考え続けた時期があります。

なぜなら、問題も豊かさも、そのほとんどは人が運んでくるからです。人の心のしくみがわかれば、色々なことがうまくいくはずです。

ある日、これまで誰も説明しなかったような秘密の部分にまでたどり着くことができました。五常を理解し、受け取ることができた瞬間です。考え始めてから、気がつけば 10 年もたっていました。

心のしくみの秘密を知った私は、まず自分に利用してみることにしました。自分の心のパターンを五常で見る練習です。

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

そうすると、自分の心がいつもどのようなパターンで「問題発生！」と騒ぎ出すのかを見つけ出すことができるようになりました。

心はいつもこれ以上傷つかないよう自分を守ろうとしています。

そして、実は自分を守ろうとする心のパターンのせいで、結局は自分の人生にブレーキを踏ませ、前に進まないようにしていることまでわかりました。

そして私は自分の心のパターンの改善にふみ出すことにしました。

自分の心をつめていくうちに、五常のしくみを利用すれば、誰でも自分らしさを取り戻し、自信を取り戻し、困った自分のパターンから解放されることも知りました。

私の場合、とても怒りっぽかったのですが、感情を押し殺して我慢することもなく、以前に比べて正直に、ずいぶん冷静でいられるようになりました。

パートナーとの問題もずいぶん減り、仕事も将来の不安を感じる事がほとんどなくなりました。自分の人生がずいぶん生きやすくなりました。

これまでは将来に対する不安から「もっとお金を稼がなければならない」、あるいはパートナーに嫌われたくないことから「もっと大切にしていなければならない」と、どこかで考えていました。

追われるような気持ちにから解放され続けると、かえって不思議に色々なことがうまく回りはじめます。

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

心のしくみを知れば、あせる気持ちが無くても仕事はうまくいくのだとはっきりと理解できるようになります。

次に、私は自分のことだけでなく、自信のない人や、パートナーに対していつも不安でいる人に対して、このしくみから思いついたやり方を試してみました。そうすると、人は自信を取り戻したり、安心感を取り戻したりできるようでした。

私は、不思議な願望実現法にも興味をもっています。

世の中にはたくさんのそういった自己実現のための本が売られていますが、そういった本を読む人のうち、本当に願いを叶えられる人はほんの一部の人だけだろうと思います。

有名な引き寄せの方法も、ハワイのスピリチュアルな感謝する方法も、それらがいつもうまくいくわけではないことは、実践した人なら経験していることだと思います。

また、一度ひとつの方法でうまくいったとしても、続けてその効果が認められないとなると、すぐに次の新しい方法を探し、その願望達成法を試しなくなります。

自分にとって、本当に自分の願いを叶える方法がこの世界のどこかにあるのではないかと旅に出るのと似ています。

それは、心が不安や心配から抜け出したい一心から新しい方法を知りたいと願い、色々な方法を次から次へと試すことがパターン化してしまっているのです。

例えば、自分自身を許すことに特化した願望実現法は、その技を強めれば

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

強めるほど、約束を守ることが困難になってきます。

人との約束を守ることができなければ他人からの信頼を失いますので、その方法が得意だからといってそればかり続けると、結局はその方法そのものが自分の願望を達成するための障害になってしまったりします。

このように、ひとつの願望実現法にこだわり続けても、心のしくみを知らなければ、それがいったいどうしてうまくいかないのか、そのヒントすらわからないままで、次の方法を探して試したくなります。

そしていつの間にか願望実現法のコレクターになってしまっていて、あれも知っている、これも知っているという状態で、結局ひとつひとつの技術の真髓がわからないままストップし、目新しい次の方法をいつまでも探し続けてしまいます。

いったいどうして、あれこれ試したくなってしまうのか。

それは、全体のしくみを考えることができていないからです。

心のしくみを知ることができれば、さまざまな願望実現法を全体的にとらえることができるようになります。

また、全体が分かれば、ひとつの願望実現法がしくみのどの部分を強めているのかも分かります。

そうすれば、どのような時にどのような方法をもちいれば効果的なのかも分かるので、これまで学んだ願望実現法も、より効果的に使えるようになります。

今回は、心のしくみの全体像を知り、しっかりと身につけることができる

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

よう、プログラムを組みました。

ぜひ五常をマスターして、人生の役に立つツールのひとつとして使いこなしてください。

それではこれから、五常マインドセット・プログラムをスタートしていきましょう。

はじめはよくわからないところは読み飛ばし、繰り返し何度も読み直し続ければ必ず理解する時がやってくるので、分かるところから進めていきましょう。

一日目のプログラム

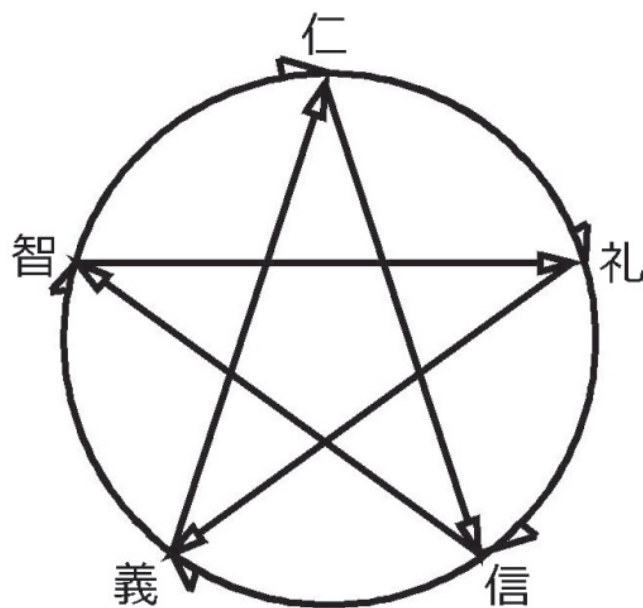
一日目に学ぶ「心のしくみ」には、ふたつの循環があります。

それは、星の循環と円の循環です。このふたつの循環を通して全体像を把握します。

全体の流れを把握した後、もう一度それぞれの働きを学んでいけば「心のしくみ」の理解を早めることができ、いずれは五常が上手に使えるようになります。

五芒星のあらわすところ

五芒星と五常の関係を図に表せば、下図のようになります。



「五常の循環」

五芒星の隅には、それぞれ「仁・義・礼・智・信」の5つが割り振られています。

これら5つを合わせて「五常」といいます。

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

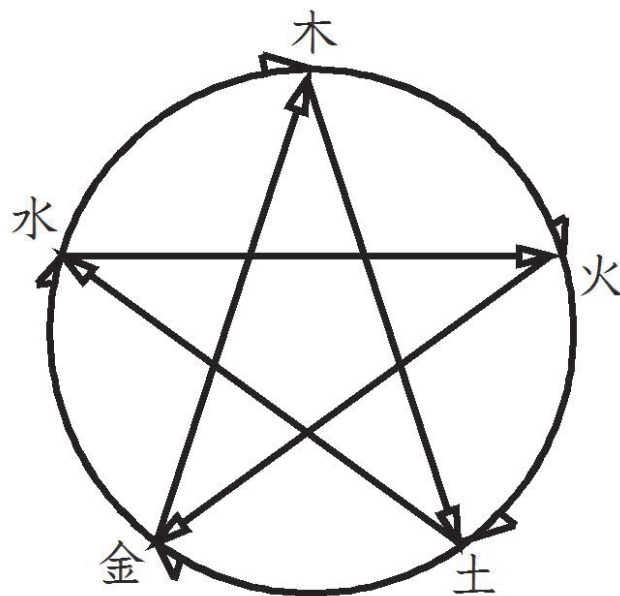
仁・義・礼・智・信、それぞれひとつの文字には、たくさんの意味があります。たくさん意味がありますが、それを5つに分類しているのです。

そして、それぞれのグループの代表的な意味が、仁は「愛」、義は「約束」、礼は「態度」、智は「知恵」、信は「信頼」です。

「ひとつの文字には、たくさんの意味がある」

まずはこれをお伝えすることで、五常の門を開きました。それでは次に進みましょう。

「五常」というのは、心をたった5つの簡単なエレメントに集約させたものです。5つのエレメントを「五行」といいます。五行は以下の図のようになっています。



「五行の生剋図」

この図をどこまで掘り下げて考えることができるのか、それが大切なポイントです。

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

おわりに

以上をもちまして、「7日間の五常マインドセット・プログラム」は終了です。

7日の間、お疲れさまでございました。

最初は、星と円の循環や、直角定規とコンパスによる心の成長モデルにともだうことがあるかもしれません。

わかるところから何度も繰り返し読めば、必ず身につけることができるようになると思います。

ぜひ、五常のしくみを身につけ、世界のつながりのしくみをマスターしてください。新しいひとつのものの見方を手に入れることは、人生に変化を呼び起こす「縁起」となってくれるでしょう。

あなたにとって、五常という心のしくみはいかがでしたでしょうか。

仁義礼智信の5つは、私たちの心にしっかりとしくみとして働き続けてくれています。

自分自身の五常の傾向は、その時々によって変わってきます。

例えば、恋愛であれば仁の傾向、仕事であれば智の傾向などというように変わりますし、人生の経験が増えるごとに、月ごとに、あるいは年ごとに、自分の傾向が変わります。

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

旅の末、最後に私が学んだ易（えき）は、その傾向を知るためのひとつの手段でした。

今回は、その中でも最も基礎にあたる部分、それから最も重要な心の部分を選び、できるだけ易の歴史的な背景の臭いがしないよう、誰もが取り入れやすい状態にしてお伝えすることを心がけました。

易は中国がはじまりの占いであり、私が知り得た易はその中でも特に古いものですので、象徴を用いたまじないの要素がたいへん強く、受け入れがたい人も大勢いるのではないかと考えたからです。

また、そういった占いの要素を一切なくしても、五常は私たち日本人にとって当たり前のように大変なじみやすく、迷った時の心のよりどころになってくれる思想のひとつであることは間違いありません。

何が正しく何が間違いであるか、そのようなことばかりに心を患うことがないよう、毎日を素晴らしい日々だと実感しながら過ごせるよう、五常は私たちをサポートしてくれます。

もしそういった古くからあるサポートに興味のある方は、卮易（まんじえき）の個人セッションを受けることができます。

それから、お金と時間はかかりますがノウハウを完全に身につけることができる卮易をマスターすることもできます。

その他、ホームページにはいくつか役立つ情報を載せていますので、よろしければご覧下さい。

五常講師認定試験のお知らせ

五常講師になるための認定試験を実施しております。

7日間の五常プログラムを受講後、認定試験を行います。合格者には五常認定講師としてのディプロマ（認定証）が発行されます。また、五常講師には以下の特典があります。

- ・五常講師の肩書きを使えます。
- ・7日間の五常プログラムのテキストデータを購入できます。
- ・テキストデータを使い、7日間の五常プログラムを開催することができます。
- ・五常講師として「7日間の五常プログラム」を開催できます。
- ・五常の会に参加登録できます。
- ・五常の会への参加登録後、会での研究成果を自由に利用できます。
- ・五常カードを卸値で購入できます。
- ・再履修者は、通常講習料金の30%（7割引）で「7日間の五常プログラム」が受けられます（1コマ ~~10,000~~→3,000円）。

五常講師の認定まで、以下の手順を踏みます。

- ① 「7日間の五常プログラム」を履修します。
- ② 「7日間の五常プログラム」履修後、認定試験を受験します。
- ③ 合格者には、認定証を発行、授与いたします。

認定証の発行には、五常講師登録＋認定証発行料として2,500円必要です。

「心のしくみ」7日間の五常プログラム

「7日間の五常プログラム」

著者：仲谷一祐

発行者、発行所：焰（ほむら）

住所：大阪府大阪市中心区谷町 6 丁目 17-43 練 1F

発行日：2016 年 3 月 19 日初版限定印刷

2016 年 7 月 8 日改訂第 2 版限定印刷

ホームページアドレス：<http://www.ho-mu-ra.com/>

ホームページアドレス旧：<http://www13.plala.or.jp/homura/>

電話番号：06-4304-0287

FAX 番号：06-4303-5915

メールアドレス：manjeki@gmail.com