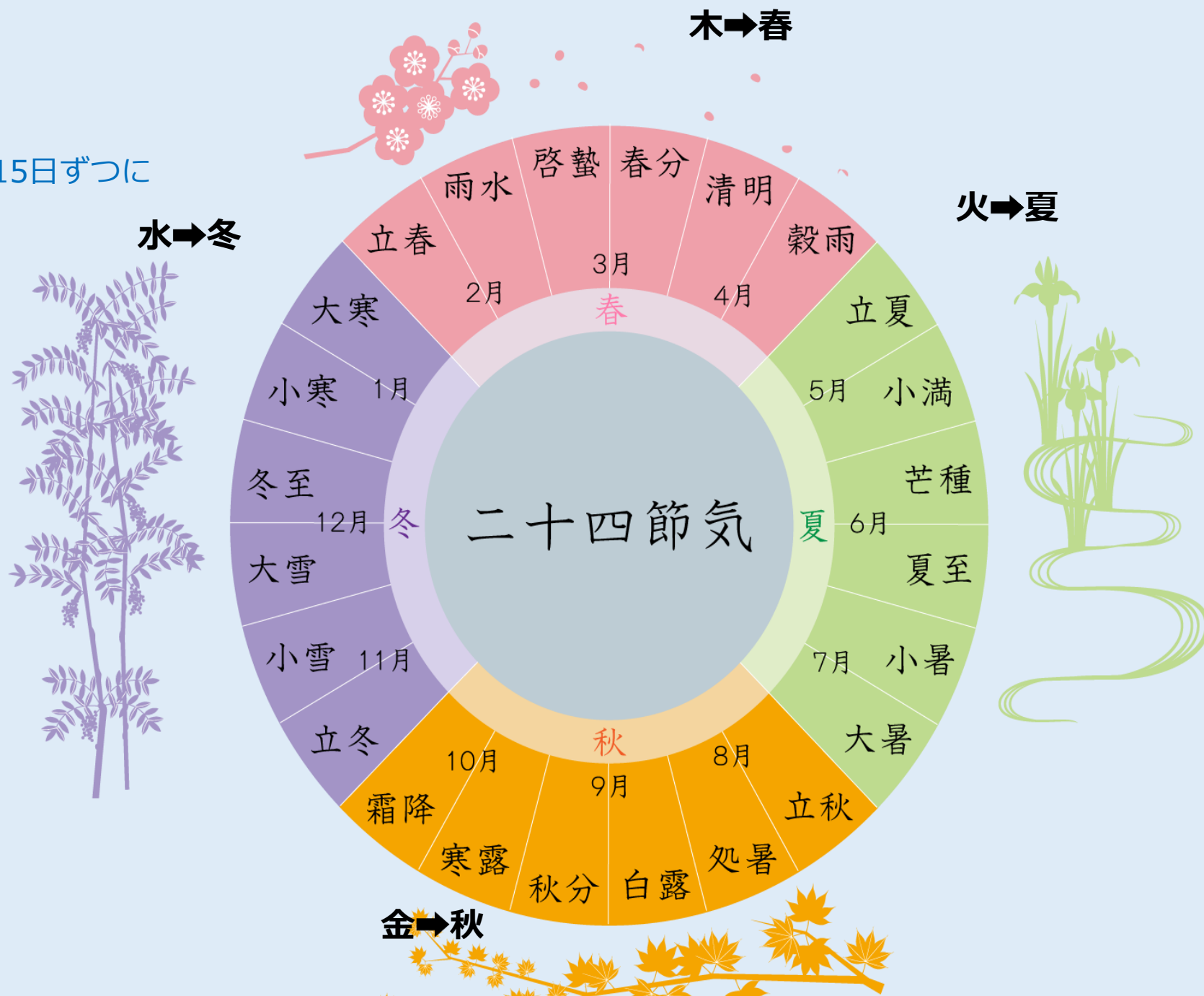
The background of the image features several sprigs of lavender with small purple flowers and eucalyptus leaves with their characteristic rounded, silvery-green foliage, arranged on a light-colored wooden surface. The text is centered within a white rectangular area.

陰陽五行アロマ占い
カウンセラー
養成講座

グループコンサル12月

二十四節季

1年を24等分にし、約15日ずつに分けた季節



冬

土用	どよう	四立の前の約18日間	10月27日
立冬	りっとう	暦の上で冬が始まる日	11月08日
小雪	しょうせつ	小雪がちらつき始める頃	11月22日
大雪	たいせつ	雪が激しく降り始める頃	12月07日
冬至	とうじ	一年で昼が最も短い日	12月22日
小寒	しょうかん	寒さがますます厳しくなる頃	01月06日
大寒	だいかん	最も寒さの厳しい頃	01月20日
節分	せつぶん	季節の分かれ目	02月03日

水=冬

11月7日



11月22日



12月7日



12月21日



大雪（12月7日～12月21日頃）

平地にも雪が降り、クマは冬眠し
木は葉を落とします。

冬至（12月21日～1月5日頃）

寒さがひとしお身に染みる季節となりました。

冬は明るい星が多く、星空が美しい季節です。

冬至は、日の長さが一年で一番短く、そこから徐々に日が長くなります。

まだまだ寒さは厳しいですが、これから夏に向けて

日照時間が長くなっていくと考えると気分も明るくなります。

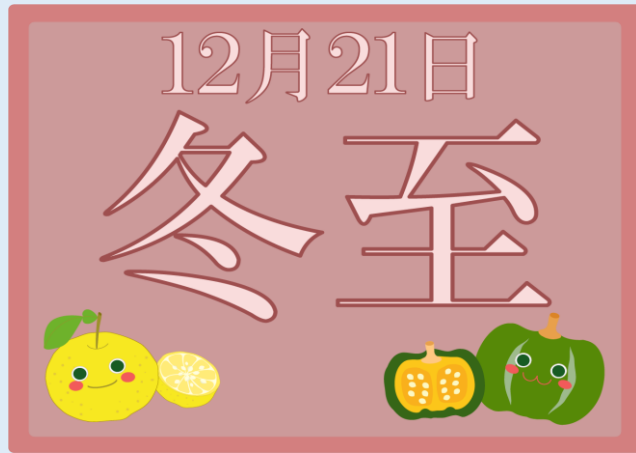
冬至に陰が最も極まって、陽に転じる意味から

「一陽来復（いちようらいふく）」ともいわれます。

悪いことが続いたあとに、ようやく物事がよい方向に向かうことを
意味します。



12月21日



《冬至といえば かぼちゃ(南瓜) なんきん》

冬至には「ん」のつくものを食べると「運」が呼びこめるといわれています。にんじん、だいこん、れんこん、うどん、ぎんなん、きんかん.....など「ん」のつくものを運盛り（うんもり）といい、縁起をかついでいたのです。運盛りは縁起かつぎだけでなく、栄養をつけて寒い冬を乗りきるための知恵でもあり、土用の丑の日に「う」のつくものを食べて夏を乗りきるのに似ています。

《ゆず風呂》

柚子（ゆず）＝「融通」がきく、冬至＝「湯治」。こうした語呂合せから、冬至の日にゆず湯に入ると思われていますが、もともとは運を呼びこむ前に厄払いするための禊（みそぎ）だと考えられています。一陽来復のために身を清めるのも道理で、現代でも新年や大切な儀式に際して入浴する風習があります。冬が旬の柚子は香りも強く、強い香りのもとには邪気がおこらないという考えもありました。

端午の節句の菖蒲湯も同様です。

五行色体表

			木	火	土	金	水
関連する体の部位	五臓	対応する臓	肝	心	脾	肺	腎
	五腑	対応する腑	胆	小腸	胃	大腸	膀胱
	五官	病気が現れる部位	目	舌	口	鼻	耳
	五主	つかさどる臓器	筋	脈	筋肉	皮膚	骨
	五液	病んだときに変化がある分泌液	涙	汗	涎 (よだれ)	洩 (はなみず)	唾
	五華	変調が現れる部位	爪	顔面	唇	体毛	髪
変調を招くもの	五季	属する季節	春	夏	土用	秋	冬
	五悪	五臓が嫌う外気	風	熱	湿	燥	寒
現れる症状変調したときに	五色	変調したときに肌に現れる色	青	赤	黄	白	黒
	五志	変調時の感情、変調をもたらす感情	怒	喜	思	悲・憂	驚・恐
	五味	変調したときに、好む味、変調をもたらす味	酸	苦	甘	辛	塩辛い
	五声	変調した時の声	呼	笑	歌	哭	呻

冬

省エネモードで静かに暮らす

新しいことを始めたり気持ちを外にだすのは控える
エネルギーを温存して、春を待つ

冬・・・閉蔵

寒さは行動のエネルギーをとる陽の気を奪う

乾燥した空気は陰、潤いをうばう

あたたかくなったら一気に出せるように冬の間蓄える

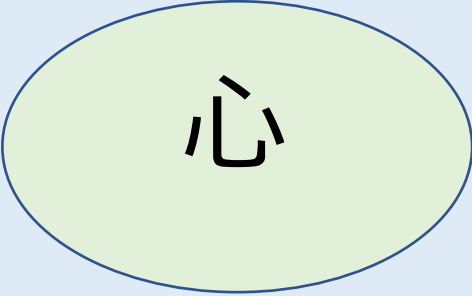
冬に気をつけたいトラブル

- ・血の巡りの悪化

血行が悪くなり、血管が収縮するため
血圧が上がる

- ・腎のトラブル

腎い負担がかかると、トイレが近くなり膀胱炎がおこりやすい



心

恐れ・・・ビクビク

冬は、恐れに感情に支配される季節と考えられています。

不安を感じたり、過去のトラウマにとらわれたりしていませんか。

恐れに感情や不安な気持ちが芽生えやすい季節です。

どうしても気になってしまう事柄がある時は、現在の気持ちやその理由、関連することを紙に書き出してみましよう。

体の外に出すことで、頭の中が整理できて、自分の内面を客観的に見ることが出来ます。

冬の養生

1、体力と気力を温存する

汗をかかないように過ごし、陰（潤い）を維持
読書したり、部屋でほっと一息する時間を作る

2、冬こそ 日光浴をする

太陽は陽のエネルギー。一日一回は太陽の日差しを浴びる
朝はゆっくり起きて、夜は早寝します。太陽の動きに合わせてるのです。
冬は早寝遅起きが重要なポイントです。

3、頭と関節を冷やさない

頭と首、手首、足首冷やさない

4、食物で潤う

魚介類・・・いか、かに、かき

野菜・・・里芋、白菜、ナシ、りんご

5、冬のうちに花粉症対策

胃腸に優しい食事を心がけ

部屋を十分に加湿して、肌を乾燥から守る

食養生

冬は貯蔵の時。種になって次の生まれ変わりを待ちます。方向は北、色は黒、ミネラルを含んだ大海原の海がこの季節。

黒い食べ物の黒豆・黒きくらげ・黒ゴマなどや精力のつくすっぽん・うなぎなどを根菜と一緒に鍋として食すと効果的です。

身体が冷えると血（けつ）や水（すい）の巡りが滞り、さまざまな不調につながります。

熱性、温性の身体を温める食材を取り入れましょう。

ニラやシナモン、八角は体内を温めます。

また、胃腸を温める食材の鮭や鶏肉、味付けでは唐辛子や生姜、にんにくをプラスするのもおすすめです。

陰陽五行と数字

1、**奇数が陽、偶数が陰**。これは数の性質から来ています。

奇数は分割できない（統一性を持つ）ため

陽、偶数は分割できる（二分性を持つ）ため陰としました。

2、次に、方位が配置。中央を5として、その周囲に1（北）、3（東）、7（西）、9（南）が配置。これは宇宙の空間的な秩序を表現しています。

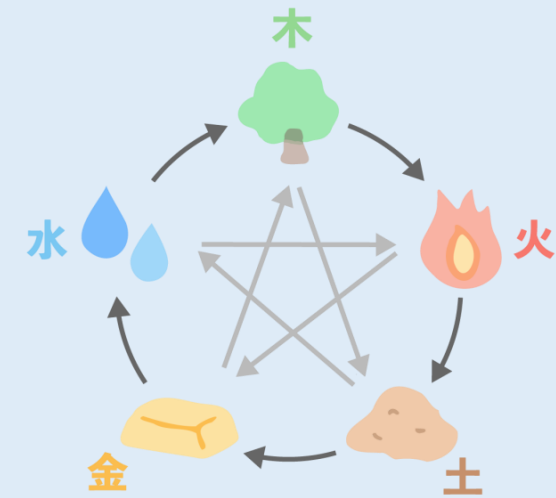
3、これらの数字は季節の循環とも結びつく。

1（水・水）から始まり、3（木・春）、9（火・夏）、7（金・秋）

- 数字を持つ数学的な性質
- 自然界の循環や変化
- 空間的な秩序
- 時間的な秩序

これは偶然の産物ではなく、古代の人々が宇宙の秩序を理解しようとした深い思索の結果。

このような考え方は、数字を革新計算の道具としてではなく、宇宙の秩序を理解するための集中として捉えた点で、独自の数理思想と考えます。



各数字は五行、方位、季節と密接に結びつき、自然界の循環や人生の様々な側面を表現しています。
これらの知恵は、今日でも暦や建築、風水など様々な分野で活用されています。

陰陽五行における数字の意味

【陰陽の数字の基本】

- ・ 陽数：1、3、5、7、9（奇数）

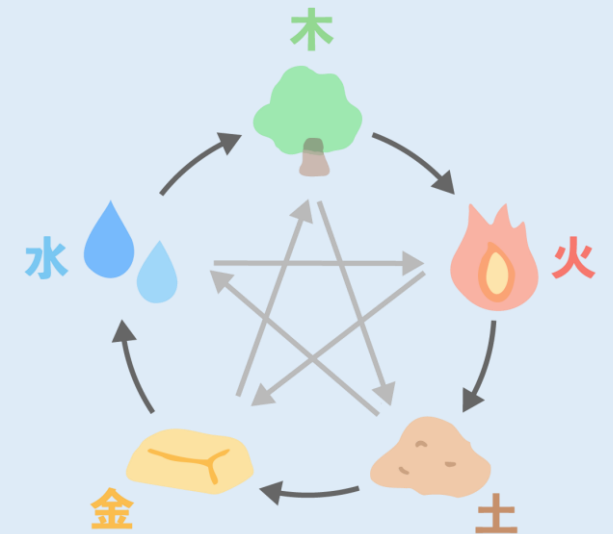
特徴：活動的、発展的、外向的なエネルギー

代表的な性質：成長、拡大、上昇

- ・ 陰数：2、4、6、8（偶数）

特徴：静的、内向的、安定的なエネルギー

代表的な性質：収縮、保存、沈静



【数字の意味と陰陽五行の全体像】

1 (一) : 水の気・陽

- ・万物の始まり
- ・統一と創造の数
- ・北方を象徴
- ・知恵と叡智の象徴
- ・冬の季節

2 (二) : 火の気・陰

- ・二分・対立の数
- ・南方を象徴
- ・陰陽の分離
- ・夏の気

3 (三) : 木の気・陽

- ・生命力の誕生
- ・東方を象徴
- ・春の気
- ・調和と成長
- ・天地人の完成

4 (四) : 金の気・陰

- ・安定と形成
- ・西方を象徴
- ・秋の気
- ・四季・四方の完成
- ・物事の確立

5 (五) : 土の気・陽

- ・中央・調和
- ・五行の完成
- ・五感の統合
- ・最強の陽気
- ・変化と適応

6 (六) : 水の気・陰

- ・完成数
- ・天地の調和
- ・安定と平穩
- ・家族の和

7 (七) : 火の気・陽

- ・ 神聖数
- ・ 七曜の完成
- ・ 精神性の象徴
- ・ 変化と革新

8 (八) : 木の気・陰

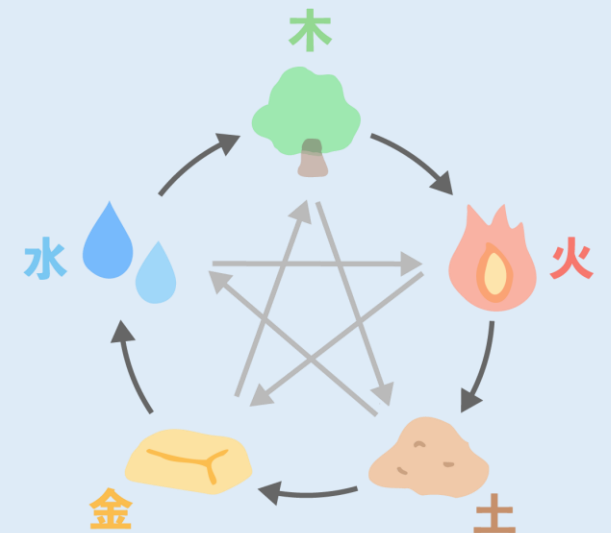
- ・ 繁栄と富
- ・ 永遠の象徴
- ・ 循環と再生
- ・ 商売繁盛

9 (九) : 金の気・陽

- ・ 最高の陽数
- ・ 究極の完成
- ・ 徳と知恵の極致
- ・ 最上の吉数

10 (十) : 土の気・陰

- ・ 完全数
- ・ 還元の始まり
- ・ 循環の完成
- ・ 新たな出発



【季節の運氣】

春（3、8）

- ・ 生命力の目覚め
- ・ 新しい始まり
- ・ 計画と準備

夏（2、7）

- ・ 成長と発展
- ・ 活動的エネルギー
- ・ 情熱の時期

土用（5、10）

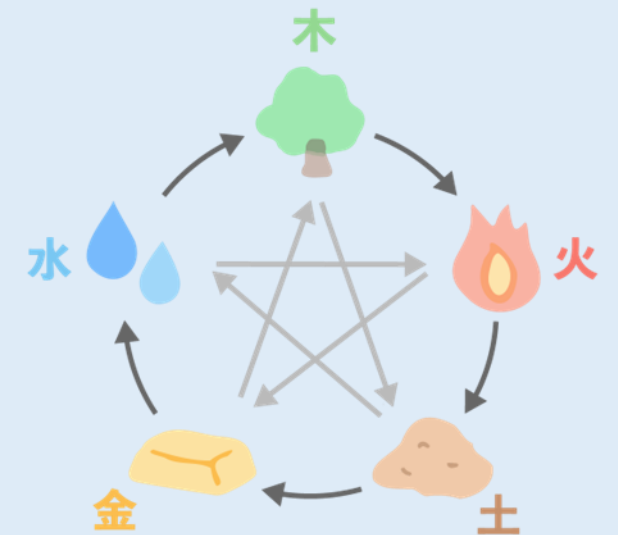
- ・ 調和と変換
- ・ 準備と移行
- ・ 安定の時期

秋（4、9）

- ・ 収穫と実り
- ・ 完成と達成
- ・ 評価の時期

冬（1、6）

- ・ 静寂と休息
- ・ 内省と蓄積
- ・ 知恵を育む



【五行との関係性】

木：3、8

- ・ 成長、発展
- ・ 春、東方
- ・ 誕生と若さ

火：2、7

- ・ 情熱、活動
- ・ 夏、南方
- ・ 成熟と展開

土：5、10

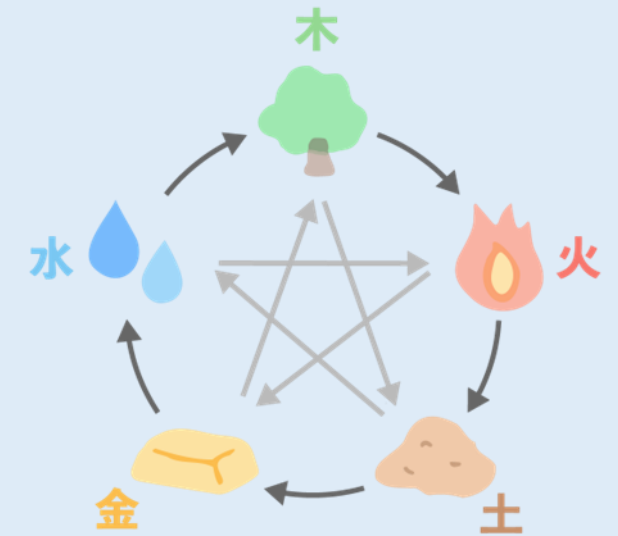
- ・ 安定、中心
- ・ 四季の変わり目
- ・ 調和と統合

金：4、9

- ・ 収穫、実り
- ・ 秋、西方
- ・ 完成と達成

水：1、6

- ・ 知恵、静寂
- ・ 冬、北方
- ・ 蓄積と準備



【方位との関連】

- ・ 東：3、8（木気） → 春分
- ・ 南：2、7（火気） → 夏至
- ・ 中央：5、10（土気） → 土用
- ・ 西：4、9（金気） → 秋分
- ・ 北：1、6（水気） → 冬至

【重要な数字の意味】

「3」 (陽)

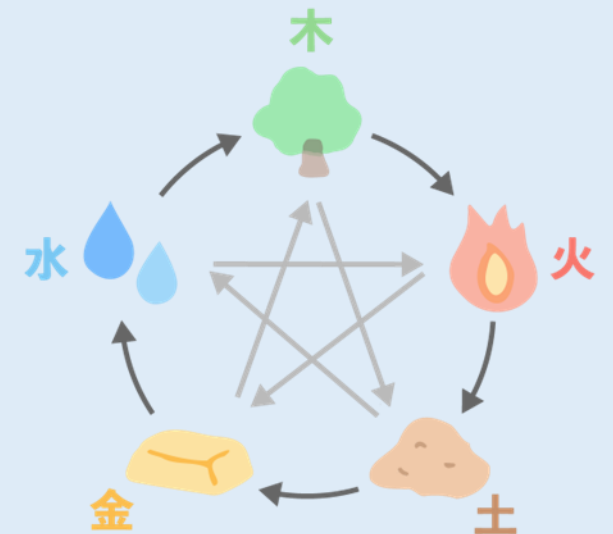
- ・ 陽の始まりの数
- ・ 生命の誕生と成長の象徴
- ・ 天・地・人の調和
- ・ 過去・現在・未来の完成

「5」 (陽)

- ・ 五行（木火土金水）の中心
- ・ 東西南北中の完全数
- ・ 五感の調和
- ・ 最も強い陽のエネルギー

「7」 (陽)

- ・ 陰陽の完成数 (3 + 4)
- ・ 七曜 (日月火水木金土)
- ・ 人生の節目を表す数
- ・ 精神的な成熟



【七五三との関連】

3歳（女兒）：

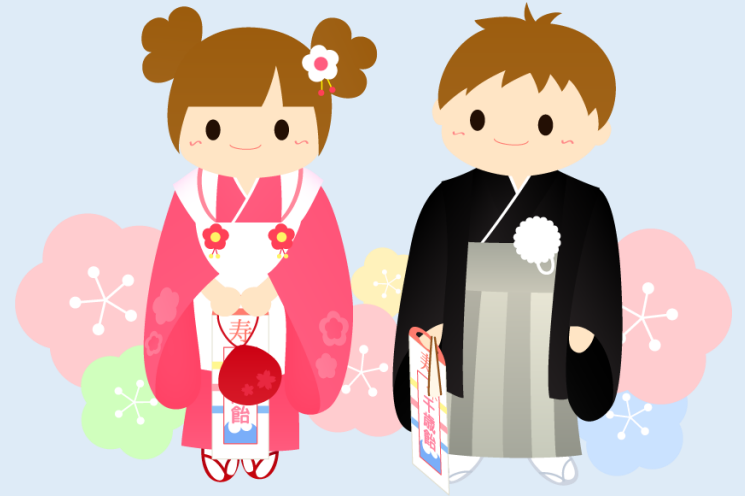
- ・ 陽の始まり
- ・ 生命力の目覚め
- ・ 言葉と感性の発達期

5歳（男児）：

- ・ 五行の調和
- ・ 知恵の芽生え
- ・ 心身の基礎が確立7歳（女兒）：
- ・ 陰陽の完成
- ・ 理性の発達
- ・ 社会性の確立

7歳（女兒）：

- ・ 陰陽の完成
- ・ 理性の発達
- ・ 社会性の確立



このように、陰陽五行の数字には、自然の法則や人生の節目との深い結びつきがあります。七五三の年齢もこれらの意味を踏まえて選ばれたとされています。

陰陽五行の数字の実践的な活用法

【開運・調和のための数字の使い方】

■生活での活用法

1. 日常の選択

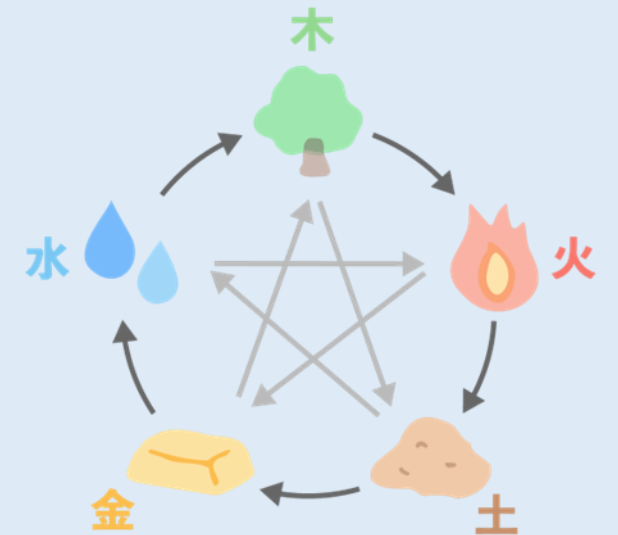
- ・ 部屋番号：個人の気質に合わせて選択
(例：活動的な人は陽数の3,5,7,9)
- ・ 電話番号：後半の数字で調整
- ・ 車のナンバー：目的に応じた数字を選択

2. スケジュール管理

- ・ 重要な予定：
- ・ 商談→8,9 (繁栄・完成)
- ・ 新規事業→1,3 (始まり・成長)
- ・ 契約→5,6 (安定・調和)

3. 金運・商売

- ・ 開店日：8,9が良い
- ・ 価格設定：末尾の数字を意識
- ・ セール日：2,7 (集客力アップ)



■方位による数字の活用

東（3,8）：

- ・新しい事を始める
- ・健康増進
- ・朝の活動に適用

南（2,7）：

- ・人間関係の開拓
- ・プレゼン
- ・午後の活動

中央（5,10）：

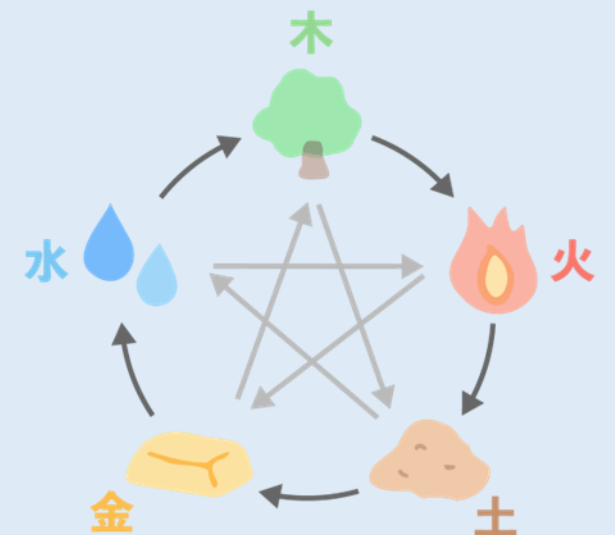
- ・重要な決断
- ・バランス調整
- ・転換期の活動

西（4,9）：

- ・整理整頓
- ・締切仕事
- ・夕方の活動

北（1,6）：

- ・学習、研究
- ・静かな作業
- ・夜の活動



■ 季節との組み合わせ

春（3,8）：

- ・ 新規事業開始
- ・ 引っ越し
- ・ 人間関係の開拓

夏（2,7）：

- ・ 営業活動
- ・ プロモーション
- ・ イベント開催

土用（5,10）：

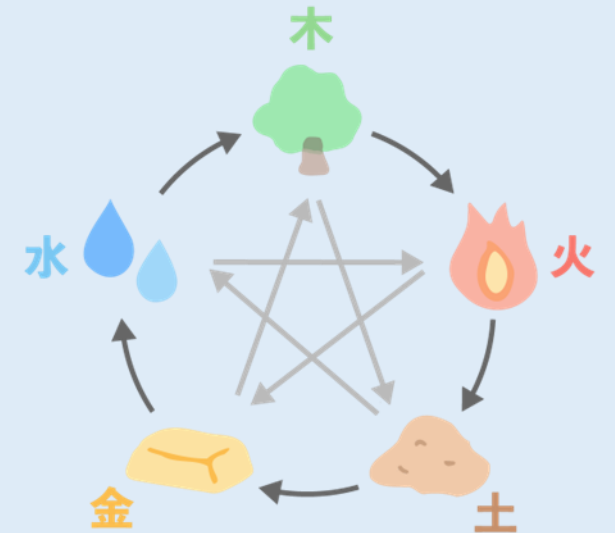
- ・ 整理整頓
- ・ 計画の見直し
- ・ 健康管理

秋（4,9）：

- ・ 収支の確認
- ・ 契約更新
- ・ 目標の達成確認

冬（1,6）：

- ・ 学習計画
- ・ 来年の準備
- ・ 内部の充実



■ 個人の開運数字のを見つけ方

1. 誕生日から導く

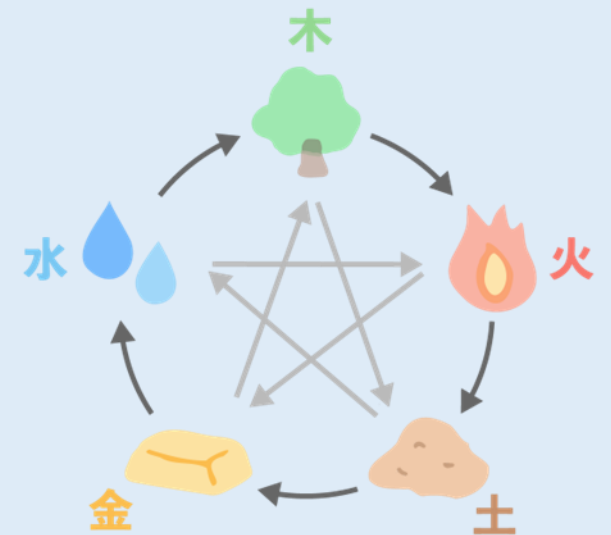
- ・ 誕生日の数字を足して一桁に
(例：4月18日生→ $4+1+8=13$ → $1+3=4$)

2. 氏名から導く

- ・ 漢字の画数から計算

3. 相性の良い数字

- ・ 自分の数字に+2または+3した数
- ・ 五行の相生関係にある数字



■実践的な活用例

1. 引っ越し

- ・方角と日にちの組み合わせ
- ・部屋番号の選択
- ・引っ越し日の設定

2. 開業・開店

- ・開業日の選定
- ・店舗番号の決定
- ・価格設定への応用

3. プライベート

- ・婚活（相性の良い数字）
- ・旅行日程の決定
- ・重要な予定の設定

*参考として、最終的な判断は実際の状況に応じて行うことが重要。

また、地域や文化によって解釈が異なる場合もありますので、柔軟に対応することをお勧めします。

