

手軽に実践! 運気を変える[健康家相]のススメ

毎日 SUNDAY MAINICHI

大正11年3月31日第三種郵便物認可2018年10月13日発行
第949号 第50号 通巻5542号 毎週火曜日発行(10月1日発売)

定価400円

10.13
2019

木村拓哉
巻頭グラビア&
インタビュー5P

枝野幸男
「政権奪取」宣言

矢沢永吉
70歳の挑戦と革命

本誌独占全国260私立大
「推薦入試」全情報

伝説の編集者「目覚めよ、週刊誌」
コールセンターの就職氷河期世代
大阪人も知らない「大阪の謎」

専門医が太鼓判!

入浴健康法のすべて

宗教学者が読み解く「死後の世界」

カリスマなき日産の「新たな火種、

健 康 家 相 の ススメ

家相建築設計事務所代表 佐藤秀海

「人相」が人の顔つきなら、「家相」とは家の顔つき。最近は不動産業者でも知らない人が増えたが、4000年ほど前の中国に起源を持つ、健康や幸不幸と密接に関わる学問である。一から家を建てずとも、玄関の掃除や枕の向きを変えるだけで今日から実践が可能だ。

新築、引っ越し不要で手軽に実践!

日本に「家相」の考え方流入したのは江戸時代。当時から「家相図解」や「家相図説大全」という専門書があつた。「家相学」とは方位で吉凶を見る方位学がベースになつた学問で、人間の運気や健康、幸不幸に影響を与えるものとして権力者たちに重用され、その起源は4000年ほど前の中國にあるといわれている。

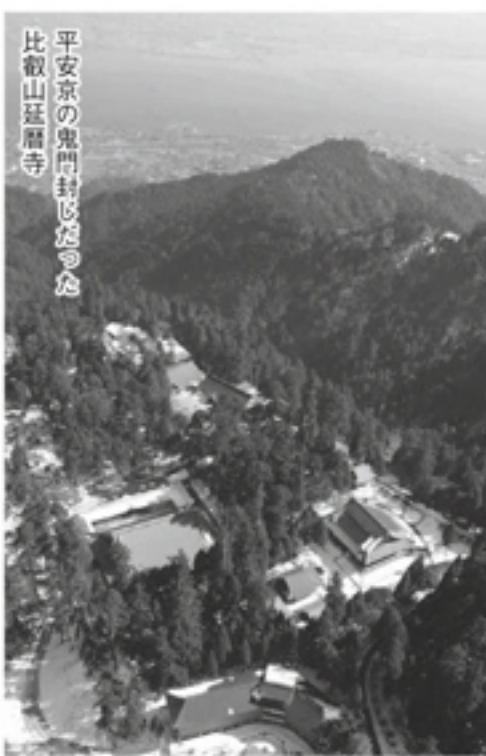
しかし、科学偏重の現代の日本においては、一般的なユーザーはもちろん不動産業者や設計者ですら「家相」という言葉を知らないケー

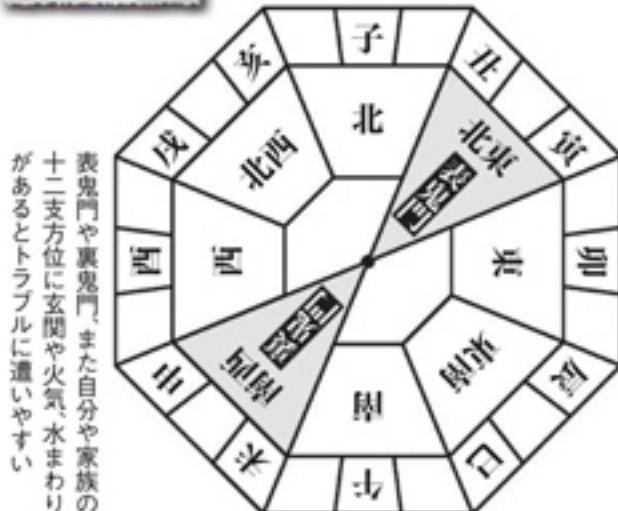
スが増えている。見た目や効率を重視する建売住宅や分譲マンションで、家相の要素を取り入れている物件などまず皆無と言つてよし、注文住宅であつてもユーチャーが切り出さなければ、業者から家相の提案をすることもほとんどないのが最近の潮流だ。

さらに、同じように悪い家相の家に住んでいても、人によってその影響の出方が変わるため、「家相なんて迷信だ」と誤解されることも少なくない。

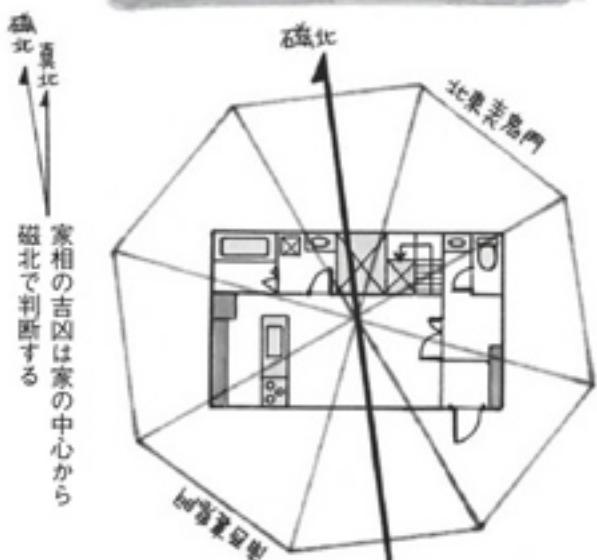
人間との相対関係で決まるともいえるのだ。そのため生まれながらに頑健な人と病弱な人では、同じ凶相の家に住んでいても結果は違つて当然。とはいっても家相の影響は誰に対しても確実に及ぶため、家相の知恵を活用することがやる気の向上や健康寿命の延伸に重要なま

私が建築家として勧める家相建築とは、古くからの家相の知恵と最新の建築知識を合わせたもの。本来は建物の配置から間取りまで、いくつもの工夫が必要になるが、今回は家相の基本と、健康向上を目的に手軽に実践できるポイントをお伝えしよう。





一般的な家相の見方



家相建築の基本は 真北から7度西に傾いた磁北

家相建築では、磁石が示す北の「磁北」を基準とする。地図上に示された北の

「真北」とは別ものだ。磁北は真北から7度ほど西へ傾いており、この角度につ

日本に家相の考えが流入したのは江戸時代と前述したが、「鬼門」という考え方のルーツはさらに古い。およそ1200年前の平安遷都の際、鬼門封じのために比叡山延暦寺が開山されたのは有名な話。それに倣つたのが、江戸幕府による上野寛永寺建立で、史実に

も記されている。このように古くから畏れられていた鬼門は、その起源が中国にありながら、日本という気候風土の異なる国で育まれ、さらに数多の実例の積み重ねと先人たちの検証によって、学問として形成された。

家相も含めた運命学の根柢、「五行」の五とは、自然界にある「木」「火」「土」「金」「水」のこと。すべての物質がこの五つの要素に分類され、それぞれの相性で関係性を判断するのだ。

日本では江戸時代から。 家相の影響は免れない

底には、中国の春秋戦国時代に生まれた「陰陽五行説」がある。世の中はすべて陰と陽、つまりプラスとマイナスが交じり合って構成されているという考え方で、陰陽とはたとえば男と女、太陽と月、火と水など。

こうした学問的側面を究めることも大切だが、それ以上に私が最も影響を受けたのは家相の実例だった。今から30年ほど前、家相家の鶴野晴山師（※）との縁により、家相に苦しむ

（未完）

多くの実例に接して、考究方が劇的に変わった。それまでは家相や運命学、ましてや建築とも無縁の人生だったのが、家相学に真剣に取り組むようになり、独学で建築士の資格も得た。以来、3000件以上の相談例を重ねている。

確かに家相だけで人生のすべてが変わるわけではなく、たという思いが、今でも私の原動力になっている。

凶相と害に関する一般的な傾向

部位	鬼門方位（表鬼門・裏鬼門）や十二支方位にあった場合などによくあるトラブル
玄関	リストラ、いじめ、経営不振
台所（火氣）	精神的な病、首の病。家の中心にある場合も同様
トイレ	腹部の病、血液の病。家の中心にある場合も同様
浴室	喘息、アレルギー、呼吸器系の病。家の中心にある場合も同様
階段	家の中心にある場合は目の病や心臓の病、交通事故や骨折
井戸	鬼門にある場合は血液の病や下腹部の病。十二支方位にある場合は跡取り（男性）への影響大。家の内部（床下）などにある場合は引きこもり
邸内社（お福荷様など）	むやみに移動すると火事
汚水管	玄関前を横切らせた配管は不眠症

※あくまで一般的な傾向。たとえば生まれつき呼吸器が弱い体质であれば、凶相の家に暮らすことで症状がより悪化する恐れがある。凶相から受けける影響は個人差もある

自分の十二支方位がどこにあるのかは、1位盤で確認できる。家族の十二支方位にガスコンロなどの火気や浴室、トイレ

建基準法ではすべて真北を使うよう統一されるが、家相建築では磁北を基準とするのが常だ。その理由は明確で、家相が自然の摂理や目に見えないエネルギーの影響をどう取り扱うかという方法論だから。

130度の圓の通り、鬼門とは北東の45度の範囲を指す表鬼門、南西の45度の範囲を指す裏鬼門のことだ。家相ではこの方位を重視する。まさに「鬼の門」だから、この部分を蔑ろにすると、大きなしつப返

しを食らいかねないので。もう一つ、その家に住む家族の十二支方位も大切だ。午子・未申・寅酉・卯戌・辰戌・巳亥の方位が、北にある子方位を起点として時計回りに配置されており、それぞれの方位は15度。

まずは家の構えについて。家相建築では東西に長い長方形を無難と考へる。多少の凸凹はいいが、あまりに変形した家は凶相になる。マンションなどでも同様で、凸凹がない無難な形がお勧めだ。家を器にたとえると、形の悪い家は「欠け」があるとみなされ、本來あるべき部分がないた

れにいくと考えられている。

② 玄関、火氣、水まわりの位置は重要

玄関、ガスレンジや給湯器などの火氣、またトイレや浴室などの水まわりは、誰に対しても危険な鬼門方位と、その家に住む家族の十二支方位を避けて配置しよう。

家相建築でいう玄関とは、玄関扉と三和土の部分を指し、玄関扉と三和土の部分を含めない。トイレは便器の位置だけではなく、個室全体の方位で吉凶判断する。

浴室については、浴槽の位置がポイントだ。大きな浴室でも浴槽の方位が無難であれば、あまり心配することはないだろう。

ちなみに家の構えと玄関方位に変形した家や鬼門方位に玄関がある家に住むと、残念ながら努力が報われにくくと考えられている。

万人に危険な鬼門、個人で異なる十二支方位

故に自然界が示す磁北が重視してきた。

筆者は建築士でもあるの

で、家相の圓面は磁北で作るが、役所に提出する圓面は真北と、使い分けている。

家相建築の吉凶判断は、この方位盤の中、心と住まいの中心、さらに正しい磁北を基準として、玄関やキッチン、トイレや浴室などがどういった方位に入っているのかを知ることにほかならない。

では、その吉凶判断のポイントを説明していこう。家相建築では東西に長い長方形を無難と考へる。多少の凸凹はいいが、あまりに変形した家は凶相になる。マンションなどでも同様で、凸凹がない無難な形がお勧めだ。家を器にたとえると、形の悪い家は「欠け」があるとみなされ、本來あるべき部分がないた

汚い玄関



きれいな玄関



家の基本的な考え方
東洋医学にも通じている。

また火気や水まわりは健康に影響する。キッチンのガスレンジやトイレ、浴槽の方位が悪くて体調がすぐれない人は意外と多い。火気は空気を汚し、水まわりは水の腐敗を呼ぶ。しかし、エアコンや冷蔵庫などの設備を整えても家相の影響が

すべてなくなるわけではない。家相建築では、家相を住宅環境学と考えることはしない。環境を整えて、それですべての影響がなくなるわけではないからだ。家相の本質は、方位も含め、目に見えないエネルギーとの相関関係にある。

家の顔である玄関を整えると 身も心もスッキリ

ツボと患部の関係に相似するのだ。東洋医学では、た

とえば頭が痛くても直接患

部には働きかけず、手足のツボを刺激して間接的に治療するが、家相建築でも住

まいの形や玄関、ガスレンジなどの火気やトイレなどの水まわりを整えることで、住人の健康や運気を上げていこうと考えるのだ。

「家中を片付けたいのに、なかなかやる気が出ない」「友人から誘われても、出かける気がしない」

人間は人生の3分の1くらいは寝て過ごす。言うまでもなく睡眠は生きるために不可欠なものだが、厚生労働省の「国民健康・栄

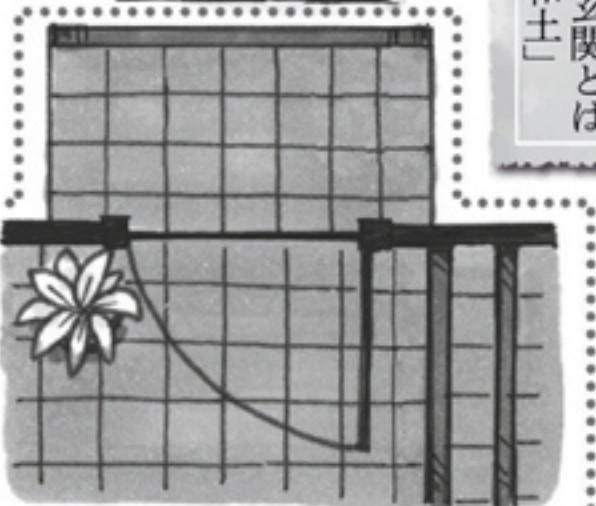
理整頓にトライしてみよう。家中を全部片づけるのではなく、玄関だけで構わない。

上の写真のように玄関の

三和土に靴が散らかっている、靴箱にしまうこと。三和土がほこりや泥で汚れていたら、掃除もしてほしい。嫌なにおいがしたら、消臭スプレーで消し、枯れかけた花や観葉植物があれば片付ける。古びた土産物などを飾っているなら、それも捨ててしまおう。

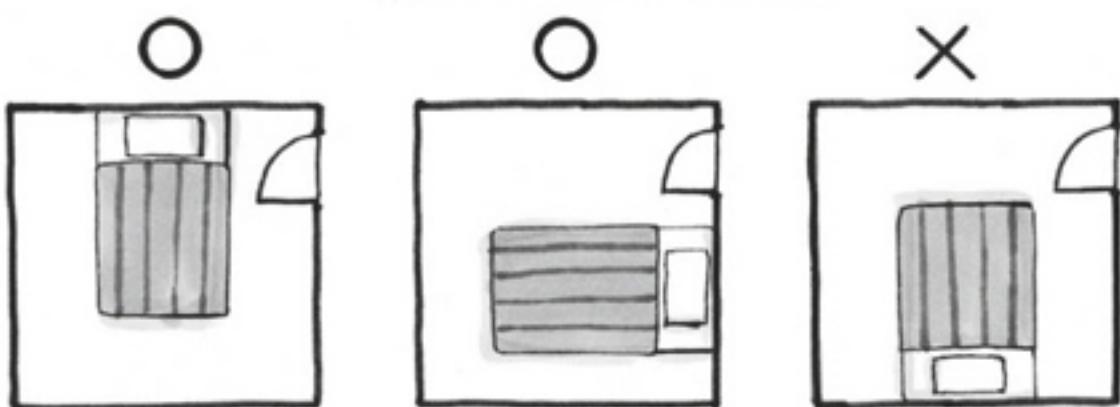
日当たりが悪く薄暗い玄関なら、照明をつけて明るくするように。省エネには逆行するが、これだけでも気分がスッキリすることがある。靴箱の中にあるいらぬ靴や、コンビニでつい買ってしまうビニール傘なども処分することだ。

枕の向きで睡眠に違いが出る



養調査（2017年）によると、睡眠で休養が十分にとれていない人（20歳以上）は約2割。09年以降、有意に増えていることが

家相でいう玄関とは
「屏」と「三和土」



分かっている。睡眠時間が長ければいいというものではないが、その質を高めることは重要だ。私自身、試行錯誤を繰り返す中で、最もつくりきたのが「北枕」の実践である。

北枕は一般に死んだ人が寝かされる向きで、縁起が悪いと思われがちだが、古来、高貴な人々は北枕で就寝するのが常識だった。

なぜ、向きが重要なのか。

一つは、人間がさまざまなエネルギーの影響を受けている、地球上どこにい

ても重力に始まり引力、遠心力の影響を受けていることがある。

もう一つ、大切なのは磁力だ。渡り鳥がはるか遠くにたどり着けるのも、この磁力を感知する能力があるからだといわれる。信号など何の標識もない海中で、魚群が衝突事故を起こさないのも磁力の影響によるとされている。私たち人間も寝ている時に磁力の影響を受けていると考えれば、枕の向きが大切になるのも自明だろう。

家相建築において、北は方位を知る基準となり、大

切なものである。神様は北

は変わってくる。

から南を向いて万物を見て決めているという考え方があり、神聖な方位だ。

早速、頭を北にして、足を南に向けて寝てみてほしい。北が難しければ、東枕でも構わない。少なくとも筆者は、生きる活力が蓄積されるのを感じることができる。

現実は、寝室のドアに対して足を向けるようベッドを配置するのが一般的で、西枕や南枕で寝ている人が多いものだが、ドアとの関係など気にせず、北枕に変えてみてほしい。

簡単なリフォームでも構わない

前述したような家相建築の知恵は、「転ばぬ先の杖」として使うのが最良だ。これから自家の新築やリフォームを考えているなら、ぜひ事前に取り入れてほしい

佐藤秀海さんによる 家相セミナー

- ▶日時／10月9日、24日、11月12日、20日、12月3日、19日。13時半～15時半
- ▶場所／東京・渋谷区文化総合センター大和田
- ▶参加無料。予約は kaso.or.jp/archives/news/news-1712

取り入れる場合は、それぞれの世帯を完全に分離するか、家中に出入り口を設けるかを決めるようにしよう。最近、対人関係が原因で引きこもりなど社会に適応できない人が増えているのは、人と関わるためのエネルギーが枯渇していることもあるだろう。エネルギーを流行りのパワースポット通りで得ようとする人もいるが、まずは自宅をパワースポットにすることが肝要だ。家の顔であり、運気を呼び込む玄関をきれいにするところから始めて、スッキリを実感してはどうだろう。