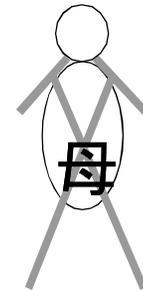
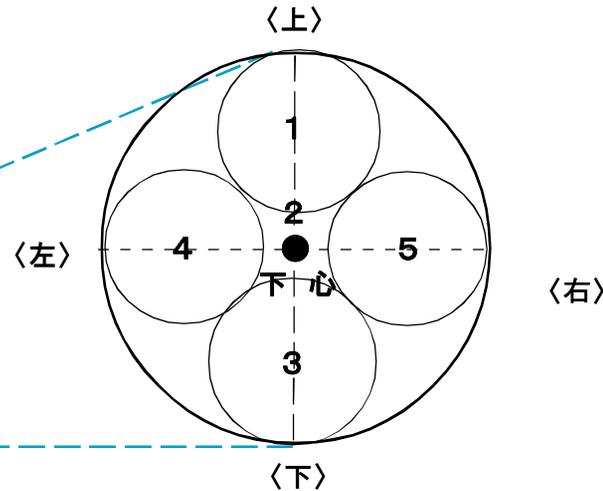
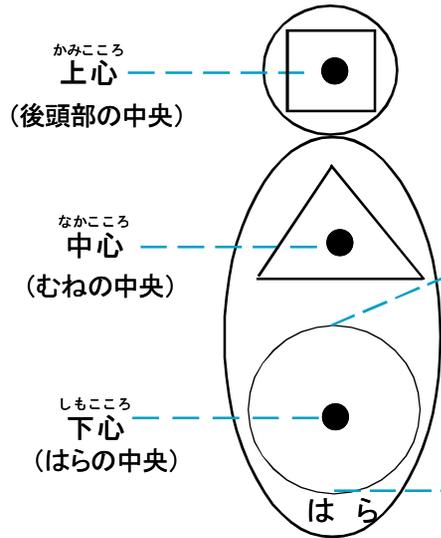


ことわり 【内観技法の理】 [はら]

・身体を弦楽器にたとえれば、器=肉体、弦=こしの勘覚、音=はらの勘覚
 ・はらは、「ねる」(寝・根・練)、ヨコ、母性の勘覚



はら=母性の勘覚

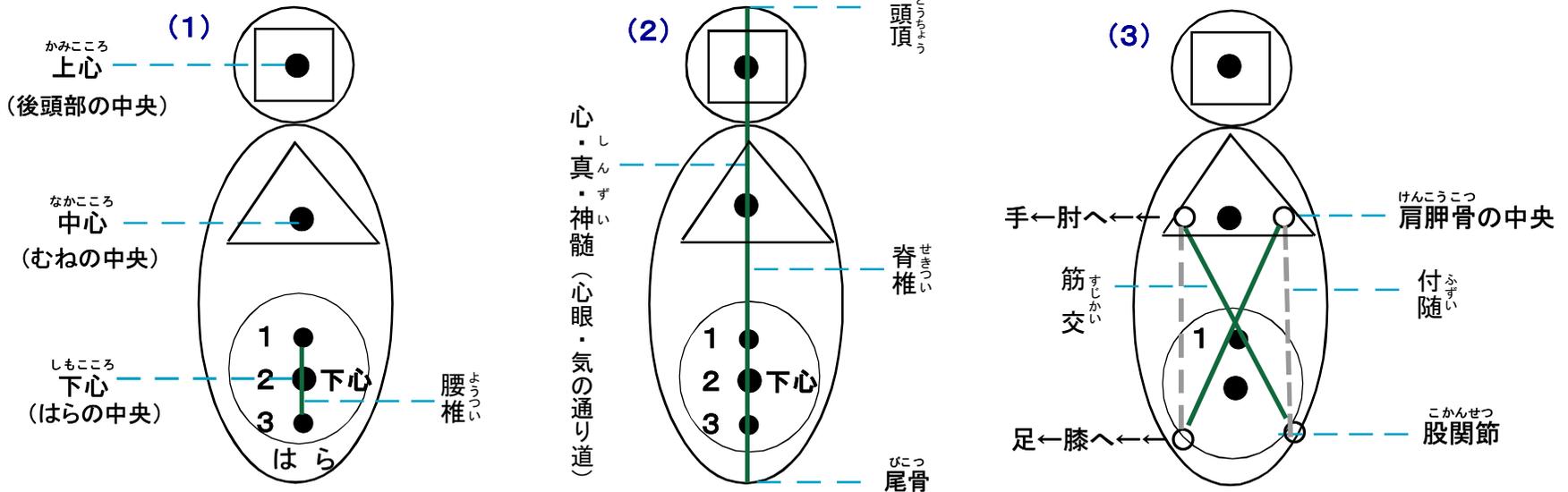
* 調律点その2 (下心) を原点にした大玉の中に、調律点その1・その3・その4・その5を原点にもつ4つの小玉が含まれると^{そてい}措定。
 * 小玉が内間和り／大玉が下心に収縮→<裏>の勘覚が生まれ、小玉が外間和り／下心が大玉に拡大→<表>の勘覚が生まれる。

調律点	肉体の位置	指遣い：左手を下、右手を上		勘覚の位置	勘覚	母音
その1	下心から指6本上 (鳩尾) <small>みぞおち</small>	左手中指	右手小指	はらの上半分の中央	気	あ
その2	おへそから指3本上 (下心) <small>しもこころ</small>	左手小指	右手中指	はら全体の中央	息	お
その3	下心から指6本下 (丹田) <small>たんでん</small>	左手人差し指	右手人差し指	はらの下半分の中央	力	う
その4	下心から指6本左横へ	左手親指	右手薬指	はらの左半分の中央	脈	え
その5	下心から指6本右横へ	左手薬指	右手親指	はらの右半分の中央	水	い

ことわり 【内観技法の理】 [こし]

・身体を弦楽器にたとえれば、器＝肉体、弦＝こしの勘覚、音＝はらの勘覚
 ・こしは、「たつ」（立・断・建）、タテ、父性の勘覚

- (1) 狭義のこし：腰椎（肉体）／ はらの調律点その1（気）—その2下心（息）—その3（力）のタテの勘覚
- (2) 広義のこし：脊椎（肉体）／ 心・真・神髓（上心—中心—下心）のタテの勘覚
- (3) こしと手足をつなぐ気の筋交：股関節—逆側の肩胛骨中央のナナメの勘覚（「なんば歩き」・襷がけ・帯「貝の口」の礎）



よう つい 腰 椎	肉 体 的 な 位 置	心眼を向ける部位	感応する部位	野口晴哉による体癖
その1	ちようこつ へり 腸骨の上の縁	そとまた 外股	背筋	上下
その2		うちまた 内股	尻	左右
その3		せんつい 仙椎	腰	ねじれ
その4		そけい 鼠径部	肘&膝	開閉
その5		ちこつ 恥骨	胸	前後

こし=父性の勘覚

