

「互いの価値観を認めあうのは大事だよ」というけどさ、

・職場での人間関係、友人、恋人、家族…、

「互いの価値観・考えを認めあうのは大事だよ」
と、よく聞くけれど、

具体的にどうやって認めていけばいいのか、教えてくれるひとは少ない。

・タイヘキはその答えのきっかけとなる。

・タイヘキを理解すると、職場での人間関係が円滑になったり、友人・恋人のなかがより深まったり、この世界の真理に近づけたりします(割とマジで)。

そもそもさ、なんでこんなに話が通じないの？

・職場での人間関係、友人、恋人、家族…、

なかには、マジで、話が通じないし、意思疎通すらとれず、

結果として、討論・ケンカになったり、どちらかが我慢することになる。

では、そのケンカの根本にはなにがあるのか…？ ⇒ A. 価値基準の不一致です。

価値基準の不一致のまま(ものさしのない)の議論は、

「1Kgと1Km、どっちが大きいのか？」を争っているようなもの。不毛です。

そんな不毛な争いに終止符を与え、
そして、
超情報過多の令和の現代に学ぶべき講座

タイヘキセミナー

2022年 冬の裏合宿スペシャル

タイヘキとは？

はるちか

- ・整体師：野口晴哉が作った人間の分類法・分類思想。
- ・身体の偏りの傾向（顔のカタチや体型）から、思考や物事の捉え方、性格、生きざまにも影響を与える。
- ・10タイプ（1種～10種）に分類される。
- ・タイヘキは、エネルギーの方向性（価値基準、考え方）で分類される。
- ・タイヘキは、人間だけでなく、動物、文化、音楽、食事などにも存在する。

5つの価値基準と10つのタイプ



1, 2種

善悪

脳

上下



3, 4種

好き嫌い

胃

左右



5, 6種

損得

呼吸器

前後



7, 8種

勝ち負け

胴体

ねじれ



9, 10種

愛憎

骨盤

開閉

タイヘキのルール

- ・タイヘキは、(基本的に)ひとり2タイプもつ。

顕在意識でもつタイヘキと、潜在意識でもつタイヘキの2タイプ。

- ・顕在意識と潜在意識のタイヘキは、異なる価値基準のタイヘキとなる。

- ・顕在意識と潜在意識のうち、どちらかは親から遺伝したものである。

【注意点！！】人間分析・占いのダークサイド

- ・善悪(吉凶)をつけてしまう。
- ・自分や他者へ思いこみがいってしまう。
- ・枠にあてはめてしまう。

⇒タイヘキは、「体癖(くせ)」ではなく、「体壁(かべ)」として捉える。

(変わることのない体の癖「体癖」として、一般的には、提唱されているが、
ここでは、己が乗り越えるべき壁「体壁」として、タイヘキを捉える。)

1種・2種(善悪、ルール)



- ・エネルギーが「脳」に集まる。
- ・価値基準は、善悪・ルール。
- ・ひょろっとほそ長い、背が高いひとが多い傾向。
- ・1種は、脳のエネルギーを論理・理屈に変換する。
- ・2種は、脳のエネルギーをイメージ・妄想に変換する。

1, 2種

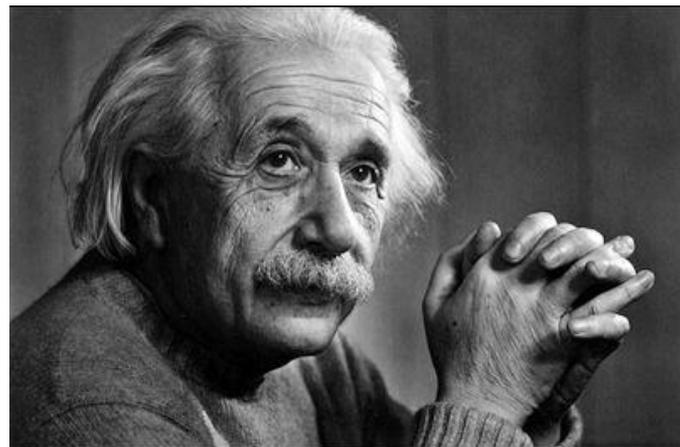
善悪

脳

上下

1種：教授タイプ

- ・脳のエネルギーを論理・理屈に変換する。
- ・首が丈夫で、肩幅ががっしり。
（でかい頭を支えるために）
- ・大仏顔、天然パーマの傾向。
- ・論理的思考、理屈に強い。
- ・知識欲求が高く、読書好き。
- ・地味な服装を好む。



1種のふるまいの特徴

- ・話すの大好き。相手が興味あるのかに関係なく、一度話しはじめると止まらない。(話題が豊富)
- ・基本的には論理的に話すけど、話題が頻繁に変わる。(思いついた順に話す。)
- ・新しい「理論」を創造する。
- ・歴史、哲学、宗教、言語学などが好き。
- ・知識が得られることに自体に価値を感じる。(知識がどう生きるか関係ない)
- ・権威性に反応する。

【補足】品上がりと、品下がり

- ・同じ特性でも、上品じょうほんと下品げほんで、発揮のされ方が全く異なる。
- ・品上がる：長所が発揮されている。
- ・品下がる：短所・欠点だけが強く出ている。

⇒ どのタイヘキにも、良い面・悪い面があるから、

それぞれ理解したうえで、良い面を活かせるようになろう。って話。

1種の品下がると....、

- ・空気を読まずに話しはじめて、調和を乱す。
- ・言葉じりに反応して、ケンカになる。(頭が固い、冗談が通じない、融通がきかない)
- ・相手の気持ちを考えず、冷たいひとと思われる。
- ・ネガティブな思いこみをする。

1種が品上がるには....、

- ・ひとの気持ちに敏感になる。
- ・「うんちく」に偏らない。
- ・「ポジティブな思いこみ」をする。

2種：シミュレータータイプ（妄想家タイプ）

- ・2種は、脳のエネルギーをイメージ・妄想に変換する。
- ・ひよろ長で、顔も細長い傾向。昆虫顔。
- ・事務作業が得意で、ルールや指示を忠実に守る。
- ・基本的にまじめだけど、変身願望がある。
- ・サブカルチャーを好み、妄想癖がある。



2種のふるまいの特徴

- ・プレゼンや発表のときには、入念な準備をして、様々なケースをシミュレーションする。
- ・高い分析能力と情報処理能力をもつ。
- ・虚構の世界(2次元の世界、インターネットの世界、ゲームの世界など)に強い臨場感をもつことができる。アニメオタクも多い。
- ・勝手に自分の頭のなかだけで話がすすんで、思わぬ誤解を生む。
- ・演劇では役になりきる。コスプレや変装にはまるひともいる。

2種の品下がると....、

- ・妄想の世界がリアルとなってしまう。
- ・ネトゲ廃人、ストーカー、メンヘラ。
- ・マニュアル通りの行動しかとれない。

2種が品上がるには....、

- ・現実と虚構のバランスを整える。

(例えば、モテモテになる妄想ばかりでなく、実際にモテるように、身だしなみを整えるなどの行動に移す。)

- ・シミュレーション能力を磨く。

- ・Fake it !

3種・4種(好き嫌い)



3, 4種

好き嫌い

胃

左右

- ・エネルギーは、「胃」に偏る。
- ・価値基準は、好き嫌い。論理 << 感情(直感)
- ・食べることが大好き。(特に3種)
- ・左右の動きが多いので、靴の片側がすり減る傾向。
- ・3種は、好き嫌いを率直に表現する。明るく、元気！
- ・4種は、好き嫌い(感情)を表に出さない。控えめで、穏やか。

3種：アイドルタイプ

- ・3種は、好き嫌いを率直に表現する。
- ・明るく、よく喋り、よく笑う。
- ・赤ちゃんっぽい愛嬌がある。
- ・全体的に丸くて柔らかいイメージ(丸顔で色白)。
- ・味覚や色彩に敏感、形に鈍感。



3種のふるまいの特徴

- ・「非言語領域(空気)」に反応する。
 - ・会話している時は、内容ではなく、空気を楽しむ。
 - ・どんなに良いことを言っても、空気が悪ければ、マイナスにとらえる。
- ・バッグの中身がグチャグチャ(物が多い?)。
- ・部屋は一見キレイだけど、押入れを開けると、物が崩れ落ちてきたりする。

3種が品下がると....、

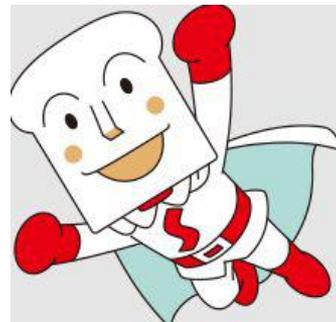
- ・好き嫌いに振り回される。
- ・わがままでヘソをまげる。
- ・感情に任せて、後先考えない行動、思い付き発言で周りを困らす。
- ・暴飲暴食に走る。

3種が品上がるには....、

- ・「明るさ」と「気遣い」のバランスをとる。
- ・清濁併せ呑む。
- ・「自分はバカでいい」と開き直る。

4種：おもてなしタイプ

- ・4種は、好き嫌い(感情)を表に出さない。感情を貯めこむ。
- ・控えめで明るい(けど、感情は表に出さない)。
- ・色白で、しゅっとしていて繊細。
- ・首筋、鎖骨、肩のラインが華奢。
- ・謙虚で聞き上手、気配り上手でサービス精神旺盛。
- ・ファッションセンスが良い。



4種のふるまいの特徴

- ・感情の呼吸が浅い。さざ波のように、感情が出ては消えを繰り返す。
- ・消化しきれない感情は、体にたまる。

例)過度に緊張すると、胃痛になりやすい。

- ・知らないひと、親しくないひとが大勢いる場で食べるのが苦手。
- ・4種のひとが、「どっちがいいですか？」と相談するときには、すでに決めていることが多い。
- ・「ここなら自分は落ち着いていられる」という場所を求めている。

4種が品下がると....、

- ・自分の失敗を永遠に反省、後悔している。
- ・言いたいことが言えずバッドになる(暗くなる)。
- ・追い詰められて泣き出す。

⇒ 4種は「溜め込む」と品下がる。

- ・自分の感情を表に出さないため、悪いエネルギーを発散しづらい。
- ・映画、小説などをみて、感動することでストレス発散できる。

4種が品上がるには....、

- ・言いたいことをいえる人間関係をつくる。
- ・ひとの気持ちを敏感に察知する。
- ・サービス精神をもつ。

【補足】偶数種は、奇数種に劣等感をいだきがち

・奇数種は、エネルギー方向が外側に向いており、アクティブな傾向にある（行動や、表情、発言にそれぞれの特性がでやすい）。賑やかな場所で、力を発揮しやすい。

・偶数種（8種を除き）は、エネルギー方向が内側に向いており、ひかえめな傾向にある。リラックスした落ち着いた場所で、力を発揮しやすい。

偶数種は、アクティブになれない自分を奇数種と比較して、劣等感を感じているひとが多い傾向にある。

【補足】外部から、エネルギーをいれる。

- ・生まれつきのタイヘキ以外のエネルギーも、外部からいれることができる。

例)

- ・ルンルンとスキップしてると、だんだんと感情優位な考え方になる。
- ・スーツを着ると、肩に力が入り、5種的思考になるための服。

(現代の資本主義社会は、5種・7種のひとがつくったもの。)

(共産主義は6種、ヒュダハンは9種)

5種・6種(損得)



5, 6種

損得

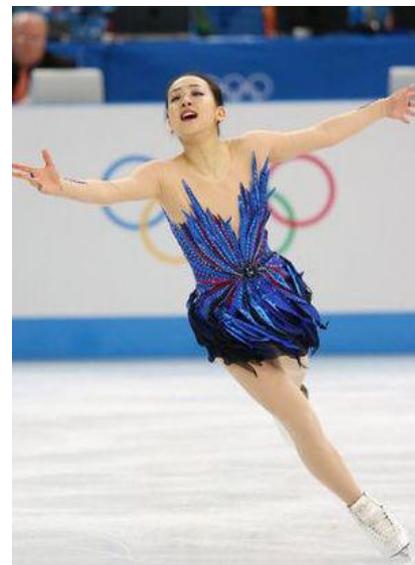
呼吸器

前後

- ・エネルギーは、「呼吸器」に偏る。
- ・価値基準は、損得。
- ・5種(と7種)は、エネルギーを「行動」「運動」に使う。
- ・5種は、「時間」や「お金」の損得で考える。前傾姿勢。
- ・6種は、「人間関係」の損得で考える。後ろ重心。

5種：スポーツマンタイプ

- ・5種は、「時間」や「お金」の損得で考える。
- ・肩幅がっしりしていて、前傾姿勢になりやすい。
- ・エネルギーは、行動力に変換される。(7種も)
- ・頭の回転がはやく、合理的思考で効率重視。



5種のふるまいの特徴

- ・活発で、常に動いていたいと思う。(原動力は、不安)
- ・複数のことを同時にやろうとする。(できるかは別)
- ・新しいものにすぐにとびつく。
- ・「最短、最速」「最新の」など、より効率的に結果がでそうなものに反応する。
- ・詰めが甘い。
- ・ガラスのハート(ピンチに弱い)。

5種が品下がると....、

- ・自分の利益だけを追求して、暴走する。
- ・何にでも手を出して、どれも中途半端。
- ・エネルギーを使いすぎて、倒れてもなお頑張ろうとして、結果的に周りに迷惑をかける。
- ・薄情になる。
- ・プレッシャーに負けて、メンタルが壊れる。

5種が品上がるには....、

- ・損して徳とれ。
- ・「有形のもの」よりも、「無形のもの」に価値を置く。
- ・エネルギーを凝縮する。
- ・「慎重さ」を身につける。

6種：夢想家タイプ

- ・6種は、「人間関係」の損得で考える。
- ・「エネルギーが循環していない人間関係は損」と思っている。
- ・なで肩になりやすい。
- ・静かで平穏で、平和な暮らしを好む。
- ・ロマンチストで理想主義。



6種のふるまいの特徴

- ・自分にとっての利益はあまり気にしない。むしろ、それをして恨まれることに損を感じる。
- ・全員が平等で、不満が一切出ない状態をつくりたい。
- ・普段はおっとりしてるんだけど、お祭りやイベントが大好き。
- ・「いざという時」のために、日頃からエネルギーを貯めている。

5種と6種のふるまいの違い

・出かけた時

5種: 行く前にスケジュールをびっしり。(効率的に色々な場所に行きたい)

6種: 行ってから決めたがる。(行ってからの雰囲気を楽しみたい)

・不安があった時

5種: 不安を解消するために、すぐさま行動に移す。

6種: 不安があると、行動できなくなる。

6種が品下がると....、

- ・よく食べ、よく寝て、働かない。
- ・主体性がなくなる。
- ・日和見主義、事なかれ主義となる。
- ・気をひくために、わざと病気になる。

6種が品上がるには....、

- ・高い理想(ロマン)をもつ。
- ・現実的な行動に移す。
- ・他人のため(仲間のため)に努力する。

【補足】第3のタイヘキの開花

- ・顕在意識、潜在意識に加えて、無意識でもタイヘキをもつ。
- ・無意識のタイヘキは、自分のテーマ(壁)を乗り越えたときに開花する。
- ・無意識のタイヘキは、顕在意識か潜在意識のタイヘキの価値基準のどちらかと対となるものとなる。(例. 1種の対は、2種。3種の対は、4種)

7種・8種(勝ち負け)



7, 8種

勝ち負け

胴体

ねじれ

- ・エネルギーは、「胴体」に集まる。
- ・価値基準は、勝ち負け。
- ・常に、誰かと比べることで、自分を奮い立たせる。
- ・7種は、勝ちたい！ No.1を目指す。ヒエラルキーをつくって、上下関係をつくりたがる。
- ・8種は、負けたくない！ Only oneを目指す。ねじれの傾向が強い。群れるのが嫌い。

7種：格闘家タイプ

- ・7種は、勝ちたい！No.1を目指す。
- ・色黒で、筋肉質な傾向。
- ・くびれがつきにくい。
- ・声が大きく、根気強く、へこたれない。
- ・派手で目立つ服を着る。
- ・基本的に怖いもの知らず。
しかし、明らかに自分より強い相手には「怖い」と感じる。
- ・親分肌で、情に厚い。



7種のふるまいの特徴

- ・はっきりしない、筋が通らないことが嫌い。
- ・なんでも勝負したがる。
- ・(特に、女性)元ヤンキー。
- ・「もしかしたら、この人に自分はまけてるかも？」
と思った人に、挑戦したくなる。
- ・一度負けを認めると、忠誠心が変わる。



7種が品下がると....、

- ・攻撃的になる。
- ・腕力でねじ伏せようとする。
- ・無理やり自分の意見を押し付ける。
- ・皆を支配しようとして、天狗になる。

7種が品上がるには....、

- ・「自他不敗」の精神。
- ・義理人情を大事にして、自分も負けない、相手も負けさせないことが真の勝利。

8種：^{ねじれ}革命家タイプのふるまいの特徴

- ・「○○さんって、●●さんのこと嫌いなんですか？」というと、「いや、好きとか嫌いとか以前に、そもそも興味がない。」という。
- ・「これちょっと普通のひとにはできないですけど、もしかしたら○○さんならできるかも・・・？」っていうと、火がつく。
- ・「みんなで仲良く」というテイストはあまり好きじゃない。
- ・「別に・・・」「いや・・・」が口癖。
- ・「多くのひとは気づないけど、自分だけはこの価値に気づいている」というものに魅力を感じる。

8種の根源にあるもの

- ・人と同じは嫌。
- ・他人と比べられたくない。
- ・最高の(ユニークな)人生を歩みたい。
- ・相手にもそれを目指してほしい。
- ・だからこそ(完成形と比べてしまうため)、相手の悪いところ(足りていないところ)ばかり目についてしまう。

8種：革命家タイプ（ねじれタイプ）

- ・骨太で、ぼわっとデカイ傾向。
- ・足をよく組み、ねじれて座る。
- ・情に厚く、弱いモノにやさしい（ボランティア精神）。
- ・常に、自分より上のひとを探している（努力家）。
- ・ブラックジョークや皮肉が好き。口が悪い。
- ・逆境に強く、追い込まれると燃える。
- ・眼光が鋭い。



8種が品下がると....、

- ・他人を見下し、悪口を言う。
- ・抽象世界で生き、自分は何もしない。(理想論ばかり語る)
- ・ギャンブルにはまって破産する。
- ・人間関係を築けずに孤立する。

8種が品上がるには....、

- ・誰よりも高い理想を持つ。
- ・(普通のひとなら気づけないような)相手の良い部分を見る。
- ・地道な努力を惜しまない。
- ・(普通のひとはやらないような)ひとが嫌がることでも進んで実行する。

9種・10種(愛憎)



9, 10種

愛憎

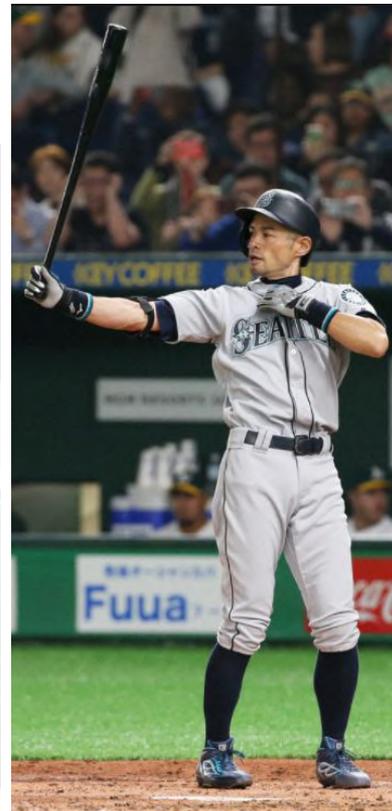
骨盤

開閉

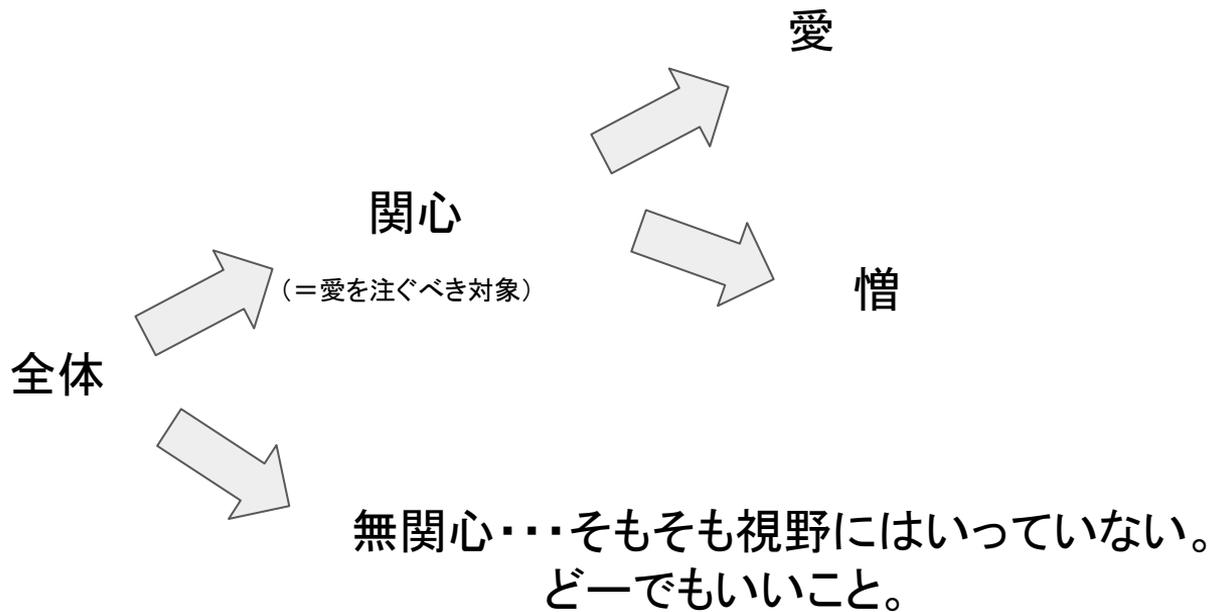
- ・エネルギーは、「骨盤」に集まる。
- ・価値基準は、愛憎。
- ・種族保存のため、同種族に対して愛をそそぐ。
- ・9種は、偏愛。閉じた愛。
- ・10種は、博愛。開かれた愛。

9種：職人タイプ

- ・9種は、偏愛。閉じた愛。
- ・筋肉質で、締まった体型。
- ・おしりが後ろに出やすい。
- ・一点集中型で、ストイックに追求。
- ・こだわりが強く、職人氣質(マニアック好き)。
- ・身内を大事にする。
- ・自分と世界観(テリトリ)を大事にする。



9種における愛



9種のふるまいの特徴

- ・社会性が欠如するくらい、一点集中で、1つのことに愛を注ぐ。
- ・逆に言うと、それ以外が全く視界には入らない。
- ・自分がやっていることが何の役に立たなくてもいいと思っている。
- ・コレクション癖がある。
- ・自分が愛しているものに、他人が興味をしめしてくれると、一瞬にして心を開いて、なんでも話してくれるようになる。
- ・「唯一無二のユニーク性を持つ世界観」に憧れをもつ。

9種が品下がると....、

- ・頑固で、偏屈。
- ・執着して先に進めない。(完べき主義におちいる)
- ・視野が狭くなり、周囲に無関心。
- ・ひとの気持ちがわからない。

9種が品上がるには....、

- ・徹底的に何かを追求できる環境を作る。
- ・一点突破する。

10種：親分タイプ

- ・10種は、博愛。開かれた愛。
- ・顔のパーツが大きい。
- ・ペンギンっぽい動きが特徴的。
- ・女性だと、「色っぽさ」が出る傾向。
- ・来るもの拒まず、去る者追わず。
- ・みんなに分け隔てなく、大らかで器が大きい。



10種のふるまいの特徴

- ・拾ったネコを何匹も飼う。
- ・友人や知人を居候させる。
- ・(誰にでも優しく気にかけてくれるため)周囲のひとから、「自分に気がある」と勘違いされがち。
- ・あまり細かいことにはこだわらない。
- ・情に訴えかけられるエピソードに弱い。

10種が品下がると....、

- ・情に溺れてしまい、ダメな人を余計にダメにする。
- ・人間関係のけじめがなくなる。
- ・どんぶり勘定でしっばいする。

10種が品上がるには....、

- ・情をかけすぎない。
- ・愛情を注ぐ対象をもつ。

まとめ①: タイヘキをどう捉えるか

- ・タイヘキとは、それぞれが持つエネルギーの方向、価値観や考え方である。
- ・価値観や考え方というのは、ひとそれぞれで全く違う、別宇宙である。
- ・それぞれに、品上がり・品下がりの側面がある。
⇒ 良い面だけ・悪い面だけということはないってこと。(人間だけでなく、情報にも)

まとめ②: タイヘキの活かし方

- ・タイヘキの分析法は、これから自分で作っていくもの。
- ・自己理解に使うというよりも、他者理解につかっていくのをおすすめ。
(自己理解に固執して、自分を「枠」にはめてしまうのは、✖)
- ・自己タイヘキの究極系は、すべてのタイヘキを自分に取り入れることである。
- ・(人格の)成長のタイミングには、別タイヘキとの関わりがある。

まとめ③: タイヘキを自分に取り入れるイメージ

- ・自分の得意なタイプを増やし、苦手なタイプを減らしていくイメージ。
 - ・各タイプには、典型的な行動・発言が必ず存在するので、それらの事例を集めていく。
 - ・タイヘキノートをつけるのは、おすすめです。
- (僕は、Googleドキュメントにまとめてます。)

おまけ:タイヘキを早く極めたいひとへ

・1回でもいいので、30分ほど時間をとって、ひとりのひとのタイヘキについて深く考えてみるべし。

⇒ 深く人間分析する感覚をはやいうちに知れると、その後、他のひとを見るときに、分析しやすくなる。

⇒ちな、いきなり2つに絞らなくてもOK!

「○○さんは、～なところ、5種的！」「～なところは、2種かも！」

「～は、9種」「～なところは、5種」って感じで、書き出してくと良き。

最後に

- ・全てのタイヘキには、長所・短所がある。
- ・欠点を直すよりも、長所を活かす(欠点がでない)ような関わり方をすることが重要。
- ・タイヘキは、選択肢を絞るためのツールではなく、可能性を広げるためのツール。
- ・いろんなひとにタイヘキをしてみて、ぜひ遊んでみてください。(はじめは、親しいひとからやってみるのがオススメです。)